

ઉપાદ્ધાત.

Introductory Notes.

અર્વાચીન કાળની જુદી જુદી ઉપચાર પદ્ધતિઓ જગતન કાષ્ઠ પશુ ઉપકારક હોય તેા એમાંની એક ઉપચાર પદ્ધતિ “Nature Cure” જે જર્મનીના ડૉ. કુન્હેએ શોધી કાઢી છે, અને “The New Science of Healing” એ નામના ગ્રંથમાં પ્રગટ કરી છે, તેને પણ માણસજાતની ગણનામાં આવકારવું સ્થાન મળવું જોઈએ, એમ મારે અભિપ્રાય છે.

આ ગ્રંથની અનેક જુદી જુદી ભાષાઓમાં અનેક આવૃત્તિઓ આજ સુધીમાં બહાર પડી ચૂકી છે, જે એ ઉપચાર પદ્ધતિની લોકપ્રિયતાનો એક પુરાવો ગણી શકાય. ગુજરાતી ભાષામાં આ ગ્રંથના છૂટા છવાયા અનુવાદો થયા છે, પણ તે અપૂર્ણ હોઈને લોકપ્રિય થઈ શક્યા નથી; એટલા માટે આ શાસ્ત્રીય ગ્રંથને ગુજરાતી ભાષામાં પ્રગટ કરવાનો અનુકૂલ પ્રસંગ શી રીતે પ્રાપ્ત થયો, તેની નોંધ અત્રે લેવા જેવી છે. આજથી ત્રણેક વર્ષ ઉપર મને મુત્રાશયનો રોગ લાગ્યું પડ્યો હતો—મુત્રાશય વસ્ત્ર Subacute—Inflammation રોગ સંપ્તરૂપમાં હતો. જેથી મારે પચારીવશ થવું પડ્યું હતું. મુજબમા મારા એક મિત્રે મને બલામણુ કરી કે ડૉ. કુન્હેના પાણીના પ્રયોગથી તમને શાયદો થશે; એ ઉપચાર પદ્ધતિની એક શાખા અત્રે મુજબમાં હોવાથી તે મિત્ર ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉપચાર કરનાર મી. જી. વિ. કૃષ્ણારાવને મારા પાસે તેડી લાવ્યા. મિ. કૃષ્ણારાવ આ કામમાં કેટલા કુશળ છે, અગર તેમના ઉપચારથી આવાં કાષ્ઠ દરદો કેટલે અંશે સારાં થાય છે, તેની મને માહિતી નહિ છતાં, એ અભણ્યા ગૃહસ્થના આપણુ અને મિલનસાર સ્વભાવથી હું તેના ઉપચાર કરવાને લલચાયો. મારા દરદમાં એલેપથીના ડૉક્ટરોએ ગરમ પાણીનો શૌક કરવા તથા ગરમ પાણીમાં બેસવા અને બલામણુ કરી હતી, ત્યારે. મિ. કૃષ્ણારાવને ઉપચાર તેથી વિરુદ્ધ હતો. નળમાંથી વહેતા ઠંડા પાણીનાં ઢળમાં કમરચુક બેસીને saitz-bath લેવા અને બરફ મેલવી વધારે ઠંડા પાણીમા Friction bath મારે લેવાના હતા. મેં એ ઉપચાર ચાલુ કર્યો અને તેથી એકાદ માસમાં આ ઠંડા જલોપચારથી કે પછી દુધ ચોખ્ખા અને નારંગીના સપ્ત પથ્થથી કે દરદ ઉપર મુદત જવાથી, પણ માફ દરદ થીતું પડ્યું અને મને આ ઉપચાર ઉપર વિશ્વાસ ઉત્પન્ન થયો.

આ બનાવ પછી થોડા માસે મુજબના મારા મિત્ર શેઠ રણછોડદાસ ત્રીકમજી (કચ્છ અંજારવાળા) એ એમના મંદાગિના સપ્ત દરદ માટે મારે ઉપચાર કરવા માંડ્યો. મેં કેટલીક દવાઓ અજમાવી પણ તેથી જાણવા જોગ સુધારો ન થયો, ત્યારે ઉપદેશ પાણીનો પ્રયોગ કરવાની મેં તેમને બલામણુ કરી, અને મિ. કૃષ્ણારાવ સાથે મારે નવી મિત્રતા થયેલી તેથી હું શેઠને મી. કૃષ્ણારાવ પાસે તેડી ગયો. શેઠને પોતાને પણ પાણીના પ્રયોગ ઉપર પ્રથમથીજ આસ્યા હતી, તેમાં મેં બલામણુ કરી એટલે મી. કૃષ્ણારાવની સલાહ પ્રમાણે કઠિન્દાન વગેરે પ્રયોગ ચાલતો કર્યો. આ પ્રયોગથી શેઠની તળીયત સુધરવા લાગી, અને અનેક દવાઓથી જે લાભ નહોતો થયો તે કઠિન્દાનથી થયો. શેઠ મી. કૃષ્ણારાવ ઉપર પ્રસન્ન થાય, એ તો સ્વભાવિક છે, પણ મારી કિમત પણ તેમની દષ્ટિમાં હતી તે કરતાં પણ વધી. તેઓ વારંવાર મારે મોટે તેમજ બીજાઓ આગળ મારી પ્રશંસા કરવા

લાગ્યા કે “ તારા જેવો નિરવાર્ય વૈદ્ય મેં ક્યાંય જોયો નથી. ” શેઠ રજીછોડાસની મારા ઉપર અતિશ્રદ્ધા હોવાથી મારી દવાનો ઉપચાર મેં હજી ચાર છ માસ લાંબાઓ હોત તો એ ઉદાર શેઠ પાસેથી મને દ્રવ્યનો પણ સારો તકાકો પડ્યો હોત. પણ તે ખ્યાલ છોડીને શેઠને જલદી કંઈ રીતે આરામ થાય એ દૃષ્ટિથી મેં પાણીનો પ્રયોગ કરવાની તેમને સલાહ આપી અને લાભ પણ થયો, તેથી તેઓ બહુજ પ્રસન્ન થયા—અસ્તુ—

દુનિયામાં કદરવાની કરવાના અને થયેલ ઉપકારનો બદલો વાગવાના અનેક પ્રયત્નો બને છે, પણ વૈદ્ય અને તેના દરદી વચ્ચેના નિરવાર્ય તથા નિર્ભય સંબંધથી ઉત્પન્ન થયેલી આભારવૃત્તિની કિંમત સર્વથી મોટી છે. મિ. કૃષ્ણરાવે પણ બદલાનો તાત્કાલીક લોભ રાખ્યા વિના શેઠના દરદનો ઉપચાર કર્યો અને તેથી સ્નેહ મંબંધ વધ્યો. ડૉ. કુન્ડેના *The New Science of Healing* ” તું ગુજરાતીમાં ભાષાન્તર કરાવી તે ઉપચાર પદ્ધતિનો પ્રસાર કરવાની મી. કૃષ્ણરાવની લાંબા સમયની ઇચ્છા પાર પાડવાનો તેમને આ અતુકલ યોગ લાગ્યો અને એ પુસ્તક છપાવી આપવાને તેમણે શેઠ રજીછોડાસ પાસે માગણી કરી. શેઠે આ કામમાં મારી સલાહ લીધી. કોઈ સાફ કાર્ય થતું હોય તો તેને અતુભાદન આપવું, એ ફરજનો વિચાર કરીને મેં શેઠને એ કામમાં મદદ આપવાની સલાહ આપી. આયુર્વેદના પુનર્જીવન માટે આદરેલાં કાર્યો પૈકી એકાદ એવા મારા પોતાના કાર્યમાં આવા મુમર્ઝના શેઠીઆઓની મદદ મેળવવાની મારી તે પહેલાની ઇચ્છા હજી લટકતી હતી, દરમીયાન મી. કૃષ્ણરાવનું આ પુસ્તક પ્રગટ થાય તો તે પણ એક સાફ કાર્ય થાય છે, એવી દૃષ્ટિથી શેઠના ઉદાર આશ્રયથી એ પુસ્તક પ્રગટ કરાવવાનો નિશ્ચય કર્યો, અને એ પુસ્તકનું ભાષાન્તર કરાવી છપાવી પ્રગટ કરવાનું કામ મને સોંપવામાં આવ્યું. ડૉ. કુન્ડેના આ પુસ્તકનું શુદ્ધ ગુજરાતી ભાષાન્તર કોઈ વિદ્વાન ગુજરાતી લેખક પાસે કરાવવાના વિચારથી “ ગુજરાતી ” પેપરમાં એ સંબંધી મેં જાહેર ખબર આપી. એકાદ પ્રસિદ્ધ ગુજરાતી લેખક એ કામ ત્રણ-

૧. આરસો રૂપીઆમાં કરવાની ઇચ્છા બતાવી. પણ મિ. કૃષ્ણરાવે પેહેલેથીજ આ પુસ્તક પારસી લેખકને ગુજરાતી ભાષાન્તર કરવા માટે આપ્યું હતું, અને ભાષાન્તર તૈયાર થઈ ગયું હતું. મને તે ભાષાન્તર બતાવવામાં આવ્યું. ભાષા તદ્દન પારસીસાદી હોવાથી મેં તે નાખસ કર્યું. મી. કૃષ્ણરાવ તે પારસી લેખકને એ ભાષાન્તર કરવા બદલ કાંઈ રકમ આપી બેઠા હતા, તેથી તેના તરજુમાં જે ખામી હોય તે સુધારીને તે ફરી લખી આપે, એ શરતે, એજ લખાણનો સ્વીકાર કરવો, તેમાં પાછો મારે સુધારો કરવો અને ઉપયોગમાં લેવું, એવી મી. કૃષ્ણરાવે ઇચ્છા બતાવી, તેથી લખાણ લેખકને ફરી લખવા પાડું આપ્યું. થોડા દિવસમાં તે લેખ ફરી મારા પાસે આવ્યો, તે જોતાંજ ઘણા અચંબા સાથે મને માલમ પડ્યું કે જે લખાણ ભાષાન્તરકારને ફરી દરવા આપ્યું હતું તેજ એ લખાણ હતું અને તેમાં એક પણ શબ્દનો સુધારો થયો નહોતો. આ ભાષાન્તર કરનારે પ્રથમ કેટલાંક વાક્યો પડતાં મુકીને ગાજણ પાડ્યાં હતાં, તે વાક્યો પૈકી કેટલાંક વાક્યોના તરજુમાં ફરીને તેનાં નવાં પાનાં અંદર મુકી આપ્યાં હતાં.

હવે આ પુસ્તક માટે આ લખાણ ચલવવું કે કેમ ? તેમાં મારે સુધારો કંઈ રીતે કરવો ? આ પ્રશ્ન મને થયો. મી. કૃષ્ણરાવ મદ્રાસી ગૃહસ્થ હોવાથી તેઓ આ લખાણની ખામી સમજી શકે એમ નહોતું. શેઠે બધો આધાર મારા ઉપર મુક્યો હતો. મેં તે લખાણ સુધારવા માટે હાથમાં લીધું; પણ કેટલુંક સુધારવું ? મને લાગ્યું કે આ લખાણમાં સુધારો

કરવા કરતાં તો હું પોતેજ બાપાન્તર કરું તો ઝોણી માથાકૂટ પડે. પરંતુ તે કામ કરવાની મને પુરસદ નહોતી. તથાપિ શેઠ રણછોડદાસની અને મી. મુખારામની પ્રમાણે તે પુસ્તક ખામી વગરનું મારે છપાવી તૈયાર કરવું જ જોઈએ.

એ પારસીસાહી લખાણ એક શુદ્ધ શુન્દરાતી જાણનાર લેખકને સોંપ્યું. તેને તેના કામનો આખરે બદલો આપવો કરાડીને બાપામાં બનતો સુધારો કરવાની મેં તેને સૂચના આપી, અને તે સૂચના અનુસાર તેણે તે બધું લખાણ ફરી લખ્યું, ત્યારેજ તે પ્રેસમાં ગોઠવવા લાયક થયું. આવી શુશ્રવણને લીધે અને પ્રેસની ઢીલને લીધે વચ્ચે લાંબો સમય નીકળી ગયો. આ પુસ્તકને શુદ્ધ શુન્દરાતી બાપામાં છપાવવાના આ પ્રયાસમાં આટલી બધી માથાકૂટ પડ્યા છતાં મારે કહેવું જોઈએ કે તેમાં કામ કામ પારસીસાહી બાપાની ગંધ હજી રહી ગઈ છે, જે ખામીને માટે વાંચકવર્ગ ક્ષમા કરશે. પુરૂષ સુધારવામાં બનતી કાળજી રાખવા છતાં તેમાં પણ કેટલીક ભૂલો રહી ગઈ હશે, જે વાંચકો સુધારીને વાંચશે.

આ પુસ્તક છપાવી આપવાના આશયમાં શેઠ રણછોડદાસે ઘણી ઉદારતા બતાવેલી છે, એ વાત પણ મારે અત્રે જણાવવી જોઈએ. ગમે તે ખર્ચે પણ પુસ્તક સાફ થાય, એવી તેમની મને ભલામણ હોવાથી છાપ, કાગળ અને પૂઠાના ખર્ચમાં કાંઈપણ કચકસર કે ખામી રાખી નથી, છતાં કાંઈ ખામી રહી હોય તો તે દોષ છપાવી આપનાર આશ્રયદાતાનો નથી, પણ અનેક પ્રતિકૂલ સંજોગોનો છે. કાગલ છપાઈની અતિ વધી પડેલી મેંધારતના વખતમાં આ પુસ્તક છપાવી પ્રગટ કરવામાં ધાર્યા કરતાં લગભગ અઘણું ખર્ચ થયું, તથાપિ તે સર્વ ખર્ચ શેઠ રણછોડદાસે આપીને આતું ઉપયોગી પુસ્તક પ્રગટ કરવાની નેગવાઈ કરી આપી, તેને માટે શેઠ મજકુરની શુન્દરાતી પ્રજા આભારી છે.

પુસ્તક પ્રગટ કરવાના કાર્ય સંબંધી આટલી પ્રસ્તાવના કર્યા પછી હવે એ પુસ્તકનાં મૂળ લેખક વિશે તથા લેખની અંદરના વિષય વિશે અને એ નવીન ઉપચાર પદ્ધતિ વિશે થોડી સમાવેશના કરીએ.

એક માણસ ધારે તો પોતે હાથમાં લીધેલા વિષયમાં તે કેટલો બધો ઉડો ઉતરી શકે છે અને કેટલો બધો પુરુષાર્થ કરી શકે છે, તેને માટે ડૉક્ટર કુન્હેતું દૃષ્ટાંત પ્રસિદ્ધ છે. કુન્હે ડૉક્ટર નહોતો, વૈદ નહોતો, વૈદકનો અભ્યાસી પણ નહોતો. અભ્યાસ અને શિખાવિના તે ડૉક્ટર થયો! આખી દુનિયામાં જેના ઉપચારો ચાલુ થયા છે, એવા એક પ્રસિદ્ધ તબીબમાં તે ગણાઈ ગયો.

વાસ્તવિક કારણ એ છે કે, શરીરરચના અને તેમાં થતા ફેરફારોની ગલીકુંચીઓમાં નહિ જતા દરદો તથા તેનાં ઉપાયનું તેણે એક ચોક્કસ ધોરણ બાંધ્યું. ‘Foreign Matters’ એટલે “વિનતીય દ્રવ્ય” એ દરદનું કારણ, અને એ “વિનતીય દ્રવ્ય” ને શરીરમાંથી કાઢવું, એ તેનો ઉપાય એમ તેણે ઠરાવ્યું. તે કહે છે કે, “અનેક દરદોનું એકજ કારણ છે અને ઉપાય પણ એકજ હોવો જોઈએ.” શરીરના જીદા જીદા અવયવોમાં જીદા જીદા આકારે દરદો દેખાઈ આવે છે, અને વૈદક શાસ્ત્રની કેટલીક શાખાઓ-આયુર્વેદ-યુનાની-એલેપથી-વગેરે એ દરદોને જીદાં જીદાં નામ આપે છે અને તેના ઉપાયો પણ જીદા જીદા નક્કી કરતા જાય છે; પરંતુ ડૉક્ટર કુન્હે કહે છે કે, “શરીરમાં ઉત્તરાતાં બધાં દરદો એકજ વિનતીય દ્રવ્યના જીદા જીદા આકારો માત્ર છે, અને તે વિનતીય દ્રવ્ય આંતરડાંમાંથી, બાટલીની અંદરના ઉત્તરાતા ખમીરની પેઠે હવે ચડીને ચોક્કસ પ્રકારના આકારરૂપે પ્રગટી

નીકળે છે, તેનું નામ “વિગ્નતીય દ્રવ્ય.” એ વિગ્નતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાનો ઉપાય પણ એક જ તાસીરનો હોવો જોઈએ. ડોક્ટર કુન્દે કસ્ટિરનાન, ગાદ, વગેરે જલ પ્રયોગો કરીને વિગ્નતીય દ્રવ્યને કાઢી નાખવાની બહામણ કરે છે. દવાઓને પેટમાં નહિ નાખવી એવો તેનો ઉપદેશ છે. ડૉ. કુન્દેના આ સિદ્ધાન્તમાં સત્ય છે, એમાં તો કંઈ શંકા નથી. આયુર્વેદના આચાર્યો પણ “આમ” ને દરદોનું મુખ્ય કારણ માને છે, અને એ આમનું સ્થાન પણ આંતરડાં છે, આથી સિદ્ધ થઈ શકે છે કે, આયુર્વેદના ગ્રંથોના અપકર “આમદોષ” અને ડૉ. કુન્દેનું ‘વિગ્નતીય દ્રવ્ય’ એ બન્ને એક જ છે.

આવું ‘વિગ્નતીય દ્રવ્ય’ શરીરમાં એકઠું ન થવા દેવું, એ વેદ્ય વિદ્યાનું પહેલું કતબ, અને એકઠું થયા પછી તેને એવી મુક્તિવડે કાઢી નાખવું કે શરીરમાં બીજા વિદારો થવા ન પામે, એ વેદ્યવિદ્યાનું બીજું કર્તવ્ય છે. રોગ એટલે ‘વિગ્નતીય દ્રવ્ય’ નો શરીરમાંથી નીકાલ કરવાના અનેક ઉપાયોમાં, સ્નેહન, સ્વેદન, વમન, વિરેચન, અને બસ્તિને પ્રાચીન કાલથી પ્રધાન ઉપાયો ગણવામાં આવેલ છે. પ્રથમ સ્નેહન ક્રિયા (ધી, તેલ, વીગેરે સ્નિગ્ધ દ્રવ્યોથી કોડા નરમ કરવો અને વાયુને છતવો તે ક્રિયા) કરવી; પછી સ્વેદનક્રિયા (શરીરને ગરમ પાણીની કે વરાળની બાથ આપીને ચામડીના છિદ્રો ખુલા કરવાં તે) કરવી જેથી વિગ્નતીય દ્રવ્ય એ છિદ્રોદ્ધાર બહાર નીકળે, તે ક્રિયાને સ્વેદન કહે છે.

વમન એટલે ઉલટી. કેટલાક દોષો ઉવટીથી કાઢી નાખવા જેવા હોય તેમાં ઉલટી કરાવવી. વિરેચન—ચેચ આપીને આંતરડાના ખરાબ મેલને કાઢી નાખવે. કેટલાંક દરદોમાં ચેચની જરૂર પડે છે; બસ્તિ એટલે શુદ્ધાકારથી ગરમ પાણી. અથવા દવામિશ્રિત પાણી ચડાવીને આંતરડાં ધોવાં તે ક્રિયા. એક બીજી બસ્તિ બ્રૂચાશયને ધોવા સંબંધી છે; જેમાં પેસાળ માર્ગે પાણી ચડાવવાથી બ્રૂચાશયને ધોવાની ક્રિયા થાય છે. આ પંચ કર્મ ખૂંટી જાય તો ઉપચારના કુદરતી ઉપાયો છે, અને તે ખાંચ ક્રિયાઓ પૈકી કઈ કઈ ક્રિયાનો ઉપયોગ કયા દરદીમાં કરવો, તેનો નિર્ણય કરવામાં અક્ષય અને અનુભવની જરૂર છે.

સાર પછી બહારનાં દ્રવ્યો (દવાઓ) શરીરમાં નાખીને ઝંઘરના દોષો એટલે વિકારોને દૂર કરવા કે દવાવવાના ઉપાયો શોધી કાઢવામાં આવ્યા, જેમકે ગરમ પ્રકૃતિમાં ઠંડા દ્રવ્યો અને ઠંડી પ્રકૃતિમાં ગરમ દ્રવ્યો ખવરાવવાં, ક્ષેદન કાઢવા માટે કષ્ઠ દ્રવ્યો, કૃમિ ખારવા માટે કૃમિક્ષ દ્રવ્યો, ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારનાં દ્રવ્યોની શોધ અને યોજના હયાતિમાં આવી. ઉપચારનાં આ દ્રવ્યોમાં કેટલાંક ઉષ્ણ અને ઝેરી દ્રવ્યોની પણ યોજના થઈ. આ જાતનો ઉપચાર આગળ આલેખતાં બહુ વિસ્તાર પામ્યો.

પૃથ્વી ઉપર સેંદે ૯૦ ટકાના પ્રમાણમાં આ જાતના ઉપાયો આવે છે. આપણા દેશમાં આયુર્વેદ, યુનાની અને એલોપથી એ મુખ્ય ઉપચાર પદ્ધતિઓમાં આ જાતનાં દ્રવ્યો વડેજ ઉપાયો થાય છે, તે ઉપરાંત, હોમિયોપેથી, બાયોકેમિકલ વગેરે ઉપચાર પદ્ધતિઓ હયાતિમાં આવી, પણ તે માત્ર એલોપથીનું રૂપાન્તર છે. આ બધી ઉપચાર પદ્ધતિઓ, ઉપયોગી છે, અને દરેક પદ્ધતિ ઉપકારક પણ છે. ‘તથાપિ એમતો ક્ષેત્રું જોમશી કે, એ ઉપચારો જોખમ વિનાના નથી. કયા દરદીના શરીરમાં કઈ જાતનો દોષ વધ્યો છે, અને તેને માટે કયું દ્રવ્ય કેટલા પ્રમાણમાં યોજવાની જરૂર છે, તેનો ચર્ચા નિર્ણય કરવો, એ કામ મહેલું નથી; ઘણું જોખમ બેસેલું છે. વિશાળ અનુભવ અને મેલ્ટી ચૂકલની તેમાં જરૂર છે. આ ઉપચારો દરનારા બધા વિશાળ અનુભવ અને જોઈતી અક્ષય ધરાવે છે કે નહિ, એ મહોટો ;

પ્રથમ છે. પૃથ્વી ઉપર એવા ઉપચારકો બહુ જ થોડા છે, અને એ ઉપચારકોમાંથી એકે હવે ઉપચારકો અકસ્માતથી, આકસ્માતથી અને અનુમાનથી કામ કરે છે. એટલા માટે આ ઉપચારકોને ઉપચારકો “ઉદ્ધવેદ” કહેવામાં આવે તો તે ખોટું નથી. “નેચરક્યુર” (Nature Cure) ઉપચારકો ઉપચાર પદ્ધતિઓને વખોડે છે, અને કહે છે કે તે ઉપચારકો હાનિ વધારે કરે છે. આ અભિપ્રાય એકદમ અનાદર કરી નાખવા જેવો નથી. વિચારવા જેવો છે. ઉપચારકોના વધારાની સાથે પૃથ્વી ઉપરથી રોગ થતવા જોઈએ, તેને બદલે રોગ વધ્યા છે. દરેકની પાસે વધ્યા છે. આ સિવાય નિરાશાજનક છે, અને ઉપચાર પદ્ધતિમાં સુધારણા થવાની અવશ્ય જરૂર છે.

આયુર્વેદની ઉપચાર પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉપચાર કરતાં કરતાં ઘણા લાંબા કાળના થયેલ અનુભવના આધારે હું કહી શકું છું કે અયોગ્ય-પ્રકૃતિ વિરુદ્ધ-ખાનપાન અને તેનો ખીગાડો-એજ રોગનું કારણ છે; અને એ ખીગાડો અનેક સ્વરૂપે શરીર ઉપર દેખાવ કરે છે. ઉપચારક વેદો તથા ડૉક્ટરોએ પોતાની સગવડ માટે તે અનેક સ્વરૂપોને અલગ અલગ ઓળખવા માટે તેનાં જુદાં જુદાં નામ આપ્યાં છે, જેમકે આંતરડાનો ખીગાડો આંખમાં જઈને જે વિકારો કરે તેને ખીલ કે આંખ ઉઘી, એવું નામ આપ્યું; તે આંતરડાનો દોષ માથામાં જઈ વિકાર કરે ત્યારે તેને શિરોરોગ (માથાનાં જુદાં જુદાં દરો) એવું નામ આપ્યું. એ રોગ ગળામાં જઈ કાંઈ દરદ કરે ત્યારે તેને જ ગળાની ગરમી, કાકડો વધવો, સાદ જોડી જેવો એવાં નામ આપ્યાં. અને એજ દોષ છાતીમાં જાય ત્યારે તેને ખાંસી, કફ, દમ, ક્ષય, વગેરે નામ આપ્યાં; એ દોષ મગજમાં જાય ત્યારે મગજનાં દરો-લકવો, ઉન્માદ, વાધ, લૂલાગવી, મૂર્છા, વગેરે નામ આપ્યાં; જ્યારે આંતરડાનો એ દોષ મૂત્રાશયમાં દેખાયો ત્યારે મૂત્રાશયના અનેક દરોનાં અનેક નામ ગોઠવ્યાં. દરોનાં આવા વર્ગીકરણની જરૂર નથી એમ માફ કહેવું નથી. જેમ એક બ્રહ્મભાષી અનેક સૃષ્ટિ પેદા થઈ છે તેમ એક દોષભાષી દરોની પણ જુદી જુદી અનેક સૃષ્ટિ પેદા થયેલી દૃષ્ટિએ પડે છે. પણ જેમ માયલી આ સર્વ સૃષ્ટિનો લય એક બ્રહ્મમાં થાય છે, તેમ આ સર્વ દરો પણ આંતરડાના દોષના શમન સાથે સમાઈ જાય છે. માણસોએ માયાની સૃષ્ટિનાં હજારો નામ પાડ્યાં છે, તેમ વેદો તથા ડૉક્ટરોએ શરીરના વિદારોની આ સૃષ્ટિનાં અનેક નામ પાડીને આ માયાની દરોનો વંશવિસ્તાર વધારી દીધો છે. એકજ શરીરમાં હજારો દરો અને તેનાં હજારો કારણો હોય એ સંભવતું જ નથી. જ્યારે એ અસંભવિત છે ત્યારે સંભવિત વાત એ છે કે, અનેકરૂપે અનેક સ્થાનમાં દેખાતાં દરો ભાસે છે. ધણાં, છતાં તેનું કારણ એકજ છે, અને કારણ એકજ હોય તો તેનો ઉપાય પણ એકજ હોવો જોઈએ, એવો સિદ્ધાન્ત નક્કી થાય છે અને એ સિદ્ધાન્ત ઉપર ડૉ. કુન્હેનું આ ઉપચાર ચાત્ર રચાયું છે.

એટલા માટે આ ઉપચાર પદ્ધતિને અશાસ્ત્રીય અથવા અનાદરણીય ઠરાવી શકારો નહિ. જે આ પદ્ધતિને શાસ્ત્રીય અને આદરણીય ઠરાવીશું તો ડૉ. કુન્હેની આ ઉપચાર પદ્ધતિ અને ખીજી પ્રચલિત એક્ષોપથી, આયુર્વેદ, યુનાની વગેરે ઉપચાર પદ્ધતિઓ વચ્ચે શું અને કેટલો ભેદ છે, તે વિચારવું બાકી રહે છે. આયુર્વેદનો અનુયાયી છતાં આ સ્થળે મારો અભિપ્રાય સ્પષ્ટપણે આપવામાં હું અચકાતો નથી. જ્યાં સુધી આયુર્વેદના અનુયાયીઓ પચકર્મ અને ત્રિદોષ (વાત પિત્ત કફ) વાદની વાસ્તવિક અર્થાદમાં રહીને ઉપચાર કરશે ત્યાં સુધી ડૉ. કુન્હેની રોગ નિદાનની અને ઉપચારની પદ્ધતિ સાથે એકતાલ થવામાં બાધ

આવશે નહીં. પણ બાહ્યરૂપના ખેલની પેઠે, શારીરિક વિકારોની આ માયાવી સૃષ્ટિમાં દૂષ્યા પડી પતો લાગે એમ નથી; એકજ મામાના જુદા જુદા ખેલમાં દૃષ્યમાન થતાં સ્વરૂપોને દેખીને કાર્ણ કારણની જુદી જુદી કલ્પના કરીએ છીએ. એવીજ રીતે શારીરિક દરદોની આ સૃષ્ટિમાં દરદોનાં કાર્ણ કારણની અનેક કલ્પના કરવામાં આવે છે અને નિદાન તથા ઉપચારની પણ એક ગુંચવણ ભરેલી સૃષ્ટિ રચાણી છે. આ સ્થિતિમાં અગાઉ કહી ગયા તે પ્રમાણે, આ છેલ્લી ઉપચાર પદ્ધતિઓ અથવા તેના ઉપચારકો વારંવાર ગુંચવણમાં પડીને ભૂલને પાત્ર બને, એવો મંતવ્ય છે. અને સ્વયં અનુભવ્યું છે કે, નિદાન અને ઉપચારમાં આપણે વેંધો તથા ડાકટરો વારંવાર ભૂલો કરીએ છીએ અને એ ઉપચાર જેટલો દરદીઓના લાભમાં જતો હોય, એટલોજ ભૂલવાળો ઉપચાર દરદીઓના ગેરલાભમાં પણ જતો હોય, એવો ભય છે. અરે, પૃથ્વી ઉપરથી દરદો અને દરદીઓની મંખ્યા ઓછી નહીં થવાનાં અનેક કારણોમાં વૈદ્ય ઉપચારકોની આવી ભૂલોને પાત્ર ઉપચાર પદ્ધતિને પણ એક કારણરૂપે આગળ મૂકી શકાયો.

ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર પદ્ધતિ ભૂલને પાત્ર નથી, એમ આગે કહેના નથી. તેમાં પણ ભૂલ થઇ જવાનો સંભવ છે. ક્યાં કેટલો દોષ એટલો થયો છે, અને એ દોષને દૂર કરવામાં કટિસ્નાન તથા બાષ્પ સ્નાન એ બેમાના કયા પ્રકારનો જળપ્રયોગ વધુ હિતકારક થશે, તે નક્કી કરવું, એમાં પણ શારીરિક રચના સંબંધી જ્ઞાન, વિદ્વતા અને અનુભવની જરૂર છે.

ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર પદ્ધતિ આપણા દેશમાં હજી શરૂ થઇ નથી. અદ્ય પ્રમાણમાં તેના ઉપાયો ચાલે છે, અને તે પદ્ધતિના અનુયાયીઓ વૈદ્ય કે ડાકટર વર્ગના થોડાજ હોય છે. જે થોડાક અનુયાયીઓ છે તે સામાન્ય લોકો (lay men) છે, અને આ જળ પ્રયોગોમાં કુશળ (expert) ગણાતા ઉપચારકો પણ વૈદ્યવિદ્યથી કે તેના ખારીક નિયમોથી અનભિજ્ઞ બેવામાં આવે છે, તે વળી મોટી ખામી છે. દરદોનું કારણ એકજ છે, અને તેથી તેનો ઉપાય પણ એકજ હોવો જોઇએ, એવો સિદ્ધાન્ત બોલવામાં જેટલો સહેલો છે એટલો તે ઉપચાર કરવામાં સહેલો ન હોવો જોઇએ. આવા એકદેથી સિદ્ધાન્તને અનુસરીને સૌ કટિસ્નાન કરવા મંડી જાય, એટલું ખસ નથી. દરદીના શરીરનું બંધારણ, દોષનું સ્વરૂપ, અને પ્રકૃતિ વગેરે વાતો સક્ષમ રીતે સમજી લીધા પછીજ આ ઉપચાર થાય તો વધારે હીક, અને તેથી ડૉ. કુન્હેના ઉપચારો આયુર્વેદ કે એલોપથીના અનુયાયી વૈદ્ય કે ડાકટરના હાથમાં હોય તો તે વધારે સલામત ભરેલું ગણી શકાયો. વૈદ્ય જ્ઞાનથી અનભિજ્ઞ એવા જલોપચારકો દરદીઓને સર્વ રીતે સંતોષ આપી શકેજ નહિ. કેમકે વૈદ્યવિદ્યાના સક્ષમ જ્ઞાનના અભાવે તેઓ દરદીઓની અનેક શંકાઓનું સમાધાન કરી શકે જ નહિ, અને કરી શક્તા નથી, એવું અમોરા અનુભવમાં આવ્યું છે. આ એક ખામી છે, અને તેમાં સુધારો થવાની જરૂર છે.

આ પ્રસ્તાવેનાની સમાપ્તિ કરતાં છેવટ એટલુંજ જણાવવું ખસ થશે કે, આ પુસ્તકનો વિષય અને તેના ક્ષેત્રોના સિદ્ધાન્ત ઉત્તમ છતાં એ ઉપયોગી સિદ્ધાન્તનું લોકોમાં સિદ્ધિ આવા ગ્રંથદારા જેવી શુદ્ધ સરસ ભાષામાં થવું જોઇતું હતું તેવું નથી થયું; તે ખામી અનિવાર્યમાં એટલે બીજી આદૃત્તિમાં અવસ્થ સુધારી લેવામાં આવશે.

અનુક્રમણિકા.

ભાગ ૧ લો.

નિપય

પૃષ્ઠ.

દગ્ગે સારા કરવાના નવા સાયન્સની શોધ હુ શા ઉપગ્રથી કરી શક્યો ?	...	૧
રોગની શરૂઆત કેમ થાય છે? તાવ એ શું છે?...	...	૭
બાળકોને દરદો કેવી રીતે થાય છે, ક્યા ક્યા થાય છે ને કેમ થાય છે?	...	૧૫
ગળાનો સોજો અથવા ડીફ્થીરીયા.	...	૧૭
કંઠમાળ.	...	૨૨
સધિવા, સાધાની કળતર, ગરબુ, રાગીગ્ના ભાગો નાના મોટા થના, લંગડાપણું,		
હાથ પગ દા પડવા, માથાની ગરમી વગેરેના દારણો અને ઉપાયો	...	૨૮
દગ્ગે સાત કલાકના ભાગ ધરાવે શું છે? રટીમ-માથ, સન-માથ, ક્રીકશન-લીપ-આથ,		
ક્રીકશન-સીટસ-માથ.	...	૪૧
આપણે શું ખાવું અને શું પીવું? ખાનનક્રિયા કેમ ચાલે છે?...	...	૪૭
જુદી જુદી વાનીઓ કેમ થનાવથી?	...	૫૮

ભાગ ૨ નો.

જ્ઞાનતંત્ર અને મગજના દગ્ગે.	...	૬૧
ફેફસાના દરદો ક્ષય વિગેરે.	...	૬૫
જનનેન્દ્રિયના દગ્ગે.	...	૭૩
મુત્રમાર્ગ અને મુત્રાશયના દગ્ગે.	...	૭૮
હૃદયનો રોગ અને જલ્દગ	...	૮૨
બરફાની કરોડના દરદો.	...	૮૬
વાઈ, અપરમાર, ફેફસ વિગેરે.	...	૮૮
લોહી મુકાવું.	...	૯૦
આખ અને કાનના દગ્ગે.	...	૯૨
દાંત, માથું અને ગળાના દરદો.	...	૯૫
મગજ અને માથાના દગ્ગે.	...	૯૭
ટાઇફસ, મગ્ગે, કોલેરા, ગ્રાફ વિગેરે;	...	૯૮
દવાના દેશનાશાળા અને ગરમ દેશોના તાવ.	...	૧૦૦
ગતપિત અને કોલ.	...	૧૦૨

જાતુઓ, સારણગાંધી, વિગેરે.	૧
નાસુગ, માંસનું પ્રલવું.	૧

ભાગ ૩ જો.

જન્મ થયા હોય તો દવાઓ અને ચરુપ્રયોગ વિના સાજા કેવી રીતે કરવા ?	૧
જેરી જનવરો વિગેરેના કંખ લોહીનું જેરી થવું વિગેરેના પલાન્ને.	૧
સ્ત્રીઓના દરેકો.	૧
સ્ત્રી અને સદીસલામત સુવાવડ કેમ કરવી ?	૧
સુવાવડ પછી શું કરવું ?	૧
માથકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં ?	૧

ભાગ ૪ થો.

સાજ દરેયા દરદીઓના દેવાયો અને તેઓ નરશયી મરેલા ઉપકાર માનનારા પત્રો.	૧
આમાર માનનારા પત્રો.	૧

અભિનવ વૈદ્યશાસ્ત્ર

(ડૉ. કુન્હેની જલચિકિત્સા.)

ભાષણુ. Vallabjee Ramje

૧. દરદો સારાં કરવાની નવી સાયન્સની શોધ
હું શા ઉપરથી કરી શકયો ?

બાલુઓ અને ચૂલ્હરો,

માણસ જાતના સ્વભાવની એવી ખાસિયત હોય છે કે જ્યારે તે અમુક બાબતસર શોધ કરે છે ત્યારે તેને તે એકદમ જાહેરમાં લાવી દેતો નથી; પણ પોતાના જાત બાધઓને તેને લગતું જ્ઞાન આપવાને સાર પોતાની શોધ જાળવી રાખે છે અને તેને પરિપક્વ થવા દે છે. આ ખાસિયતમા જો કે કાંઈક અભિમાનનો અંશ આવેલો છે, પણ તે માણસ જાતના સ્વભાવને પૂરેપૂરી રીતે બંધ બેસતું થઈ પડે એવું છે. સામાન્ય રીતે, એક શોધકને બાહારનો બનકો નહિ પણ ગમતો હોય, તો પણ તેણે સત્ય તો જાહેર કરવું જ જોઈએ. એ રીતે આજ છેલ્લાં ત્રીસ વર્ષ થયાં મને જે જાતી અનુભવ થયેલો છે અને તે દરમ્યાન મેં જે ચાલુ મહેનત લીધી છે, તેનું પરિણામ હું તમો સન્મુખ રજુ કરું છું. ભવિષ્યની ઓલાદ મારી શોધખોળ માટે શા અભિપ્રાય બાધે છે તેની ઉપરજ હું તે છોડીશ; પણ જે કામમાં મારી જીંદગી અર્પણ કરી છે, તે કદત ચોખ્ખા અને સાદા જ્ઞાનને જ આભારી નથી; પણ અહિંયાં તો કામના જે બહેવાર પરિણામો નીપજવા પામ્યાં છે અને એ જ્ઞાનમાંથી જે બહેવાર તત્ત્વો પેદા થયાં છે, તેની સાથે આપણે કામ છે.

ત્યારે જો મારા જાતબાધઓ વચ્ચે મારા શિક્ષણનો ફેલાવો થાય અને મને એક ઉંટ વેદ ગણનામાં ન આવે તો જીવતાજીવતા વિધવો ઉપર મેં જે સમ્યાધ ભરી બાબતો શોધી કાઢી છે તે સર્વને જાહેર કરવાની મારી ફરજ છે. પહેલાં તો દરદ સાબ્જ કરવાની મારી નવી રીત મેં કેમ તૈયાર કરી તે વિષે હું કુંક હકીકત આપીશ.

હું અજ્વલથી કુદરતને ચાહનારો હતો. જ્યારે જ્યારે હું જંગલો કે મેદાનોમાં ભટકતો હતો, ઝાડપાનને ઉગતાં જોતો અને જાનવરોને દોડતા જોતો ત્યારે હું ખુશ થતો. તે વખતે કુદરત અને તેના કાયદાઓ શું છે તેના અભ્યાસ કરવાને મને હંમેશાં લાગણી પેદા થતી. વળી, જાણીના ગોધંડા શું જણાવે છે તે જાણવાની પણ મારામાં જિજ્ઞાસા પેદા થતી. હવે હું શોધક કેમ થયો તે જાણવતા હું કહીશ કે જેમ બીજા આદમીઓ તેમજ પ્રાણીઓને શિક્ષણ આપનારની જરૂરીઆત છે, તેમ મને પણ જરૂરીઆતે શોધક બનાવ્યો.

વીસેક વર્ષ ગયા બાદ મારા શરીરની ગતિ બરાબર ચાલતી બંધ પડી અને મારાં ફેફસાં અને માથામાં દરદ થવા લાગ્યું. પહેલાં તો તબીબોની મદદ લીધી પણ કંઈ વળ્યું નહિ. સાચું હતું તો મને તેઓપર વિશ્વાસ પણ નહિ બેઠો. મારી માને ચાલુ મદદગી લાગુ પડી હતી ને તે બિચારીએ વર્ષોસુધી દાકતરોની દવાનાં કાંધાં માર્યાં પણ બધું નકાર્યું. તેઓ અમને કહેતાં કે તબીબોનું મોહું જોતા નહિ, કેમકે બધી મુશ્કેલીઓ તબીબોથીજ થઈ શકે છે. મારા બાપની જીમ ખીલકુલ ખરાબ થયેલી હતી. તેવજુને હોઝરતું કેન્સર લાગુ પડેલું ને કંઈક તબીબોનો ઉપચાર લીધા છતાં તેઓ માર્ગ પડ્યા ! એવામાં ૧૮૬૫ ની સાલમાં “નિયર ક્યુઅર” એટલે કુદરતી રીતે દરદ સારાં કરનારાઓના મંડળ વિષે મેં સાંભળ્યું. સેવકને ગિલાસા પેદા થઈ, તેથી હું ત્યાં જવા લાગ્યો. મંડળમાં બધા જોઈએ તો મનઃપૂર્વક અંગવાળા હતા ને તે મંડળનો વડો મેલ્ટર હતો. સભામાં મેં પૂછ્યું કે “બાઈ, મારાં ફેફસાંમાં દરદ થાય છે, એનું કેમ ?” મેલ્ટરે સલાહ આપી કે એને દવાલુથી ચંપી આપો. મેં તેમ કહ્યું ને કાપદો ચવા લાગ્યો. ચાર વર્ષ બાદ એટલે ૧૮૬૮ માં મારા બાઈને બચ-ભરી બિમારી લાગુ પડી. તેને પણ દવા વગર સાજો કરવાની અજમાયશ લગાવી જોઈ. થીઓડોર હાન નામનો એક ખીજો કુશળ તબીબ હતો ત્યાં મારો બાઈ ગયો. થોડાક દિવસ બાદ તે મારો થઈને પાછો ઘેર ફર્યો, એ દરમ્યાન મારી અદ્વા વધુ ને વધુ દબ થતી ગઈ અને દવા વગર દરદો સાજાં કરવા વિષે માફ મન ચોક્કસ થઈ ગયું.

પણ માફ ફેફસું હજી કંઈ સદંતર સુધર્યું નહિ. મારાં માથાપે મને જાંતુઓનો જે વારસો આપેલો તે તો વધે જ ગયો અને તેમાં વળી પાછળથી દાકતરોની દવાઓ ખાધેલી તેથી દરદમાં વધારો થઈ ગયો. મારી હાલત દિનપર દિન બગડતી ગઈ, ને દરદ તો કહે કે માફ કામ ! વારસામાં કેન્સર લાગુ પડેલું તેથી ફેફસાં સદંતર કોલી ગયાં ને માથામાં દરદ એવું થાય કે ખુસ્તી હવામાં બાહાર જઈ ત્યારે જ કંઈ રાહત મળે. ઉંઘ ને ભૂખ તો જણે મરી જ ગઈ ! તે વખતે હું કેપાઈ તો તાજો માલો, પણ નહિ, અંદરથી બધો હું સડી ગયલો હતો. પણ દવા વગર જ સાજા થવાનો કુદરતી એલાજ અજમાયશનાં મેં કરાવ કર્યો. બાય લીધા, ફૂશ લીધા, એનીમા (બસ્તિ) લીધી, અને કુદરતના કાપદા પ્રમાણે બધું કહ્યું ને કંઈ નહિ તો થોડું ઘણું પણ દુઃખ દેઈ થયું. આ વખતે મેં કુદરતના કાપદાનું અમુક અવ-લોકન કર્યું, કે જેના ઉપર દરદોને સાજા કરવાના મારો નિયમ સ્થાપલો છે. મેં તેનો અમલ મારા ઉપર જ કર્યો અને મારી અજમાયશ ક્રોટકમંદ નીવડી. બીજાઓ મારી પૃઠે ચાલવા લાગ્યા. અને જે ઓળંગે વડે મેં કામ કરવા માંડ્યું તે પણ પુરતી રીતે સરસ નીવડ્યાં. ખંરા રોગ શું છે અને તે ક્યાં લાગુ પડ્યો છે, તે પણ હું શોધી કાઢવા લાગ્યો. બપોરે હું એમ શોધી કાઢતો ત્યારે લોકો અને હસી કાઢતા અને મારા નિયમો સ્વિકારવા તિરસ્કારથી ના પાડતા. એવા લોકોમાં સાધારણ ધંધાદારી તબીબો હતા, એટલુંજ નહિ, પણ દવા વગર દરદો સાજા કરનારા વૈદ્ય પણ હતા. માણસજાતને સુખ મળે એ ધરાવાથી મારાં ઓળંગે મક્કત વાપરવા સૌને, મેં આપવા માંડ્યાં, પણ ધંધાદારીઓએ તો તેમને હજી ખાતાંજ રાખ્યા !

એ ઉપરથી મને લાગ્યું કે, રોગનું મૂળ શોધી તેને સાજું કેમ કરવું ને દરદો સાજાં કરવાનાં ઓળંગે શોધવાં, તથા અમુક દરદ કેવી રીતે પરખવું, તેને માટે મારા પંડ ઉપર કે ઓળખીતાં પારખીતાંઓમાં મારા અનુભવનો ઉપયોગ કરવો એથી કંઈ સારક થવાનું નથી;

પણ મારે જાહેર પ્રત્યક્ષ અપીલ કરવી અને જાહેર રીતે જોડાક કેસો સાંજ કરીને, જુદવાની રીત ઉપર મારા કુદરતી ઉપાયો સરસાઈ મેળવે છે, એમ દર્શાવી આપવું, એથી મારી ક્ષેત્રનો પાયો રચાશે, એમ મને લાગ્યું.

પણ એમ જો કરવા જઈ તો મારી ફેક્ટરી કે જે દિવસના ચોવીસ કલાક કા કરતી હતી તેને તાજાં મારવાં પડે, ને મારે તો ધધેધાધો છોડીને બસ એનીજ પૃષ્ઠ લગવું જોઈએ. નકામાં ખોટ, લોકોનો તિરસ્કાર ને શીટકાર; શું કરવું, શું ન કરવું, તેના વાં મુધી વિચાર કર્યો પણ કરી શક્યો થયો નહિ.

૧૮૭૩ ના ઓક્ટોબર માસમાં ઉપચારનું મેં એક કારખાનું જ ખોલ્યું. પહેલાં તે દર્દીઓ બહુ થોડા આવવા લાગ્યા. થોડાક કેસો સારા થયા પણ ધીમે ધીમે કોઈ બાથ મા તો કોઈ તેચર ક્યુઅર માટે આવવા લાગ્યા. જેઓ સાંજે થયાં તેઓ મારી મક્કત જાહેરાત આવવા લાગ્યાં. હું એમ કહેતો કે રોગને પારખવા સાફ હાથેમાં મોઢાની પરીક્ષા કરવી. એ કરવાથી હજારો દરદીઓનાં દરદો હું પારખવા લાગ્યો, ને વળી ભવિષ્યમાં શું બનશે, જણાવવા લાગ્યો. છેલ્લી બાબત પર હું ધણો ભાર મૂકું છું, કારણકે તેથીજ એક તંદુરસ્ત ઓલાદ પેદા થવા માંડે.

છેલ્લાં આઠ વર્ષ થયાં મારો અનુભવ ધણો વધી ગયો છે. તે પરથી મને માણ પડ્યું જાય છે કે, મારી શોધખોળની સમ્યાદ ખરીજ છે. મારી પોતાની તંદુરસ્તી જેન પહેલાં મેં આશા મૂકી હતી તે મારી નવી રીતથી ધણી મુધરી ગઈ છે, તે એટલે મુધ કે મારા કામનો ભારે બોલને મારે ઉપાડવો પડે છે, તે છતાં તે હું ઉપાડી શકું છું. સર્વ રોગો પર એક લાગુ પડે તે ઉપાય જે હું મળું છું, તે (Sitz Bath) “સીટ્ઝ બાથ” ના મધી ઝોળખવામાં આવે છે. “હું” કહું છું કે દરેક રોગ સારો થાય છે, નહિ કે દરેક દર્દી”, કારણકે જ્યારે શરીર એટલું બહુ નબળું બની જાય છે કે દવાની અસર થતી નથી ત્યારે મારી શોધ મુજબ જો કે દર્દી સદંતર સાજો થતો નથી તોપણ તેનું દરદ તો ઝોણું થાય છેજ.

બાતુઓ અને અવસ્થો ! આજે પા સદી મુધી એક જખત રોગ સામે ટકી રહી તેમાંથી મારી શોધ મુજબ હું બચવા પામ્યો છું, એમ જણાવતાં મને ભારે ખુશાલી ઉપજે છે. તે ઉપરાંત વળી બીજાંઓ જે એવી રીતે પીડાતાં હોય તેમને બચાવવાની પણ શોધ મેં કરી છે, કે જે મોટા તખીબો કરી શક્યા નથી. જો કે એમ કહેવું એ બઝાઈ છે, પણ ખાતરી માનજો કે મારી શોધ ખરી છે. મને કદાચ ઉટવેદ તરીકે ઝોળખવામાં આવે, કારણકે હું કોઈ તખીબી કોલેજમાં જઈને શીખી આવ્યો છું ? પણ તે સર્વ ટોણાં ટપણાં ખાવા હું તૈયાર છું; કેમકે હુન્યામાં જે મહાન શોધકો થઈ ગયા છે, ને જેઓ હુન્યાનું વધતામાં વધતું બહુ કરી ગયા છે, તે સર્વેને ઠગારા તરીકે ઝોળખવામાં આવતા હતા; દાખલા તરીકે, પ્રીસનીટલ કે જે એક ખેડુત હતો, એકથ હેલકરી હતો, ફ્રેન્ક એક જંગલનો રખેવાળ હતો, એ સર્વે શોધકો તથા મહાન પુરોગો થઈ ગયા છે.

હવે જુના વખતથી ચાલતા આવેલા દવાના ઉપાયો જેમને એલોપથી, હોમીઓપથી, વિગેરે નામથી ઝોળખવામાં આવે છે, તે કુદરતી એલાજથી જુદાજ પ્રકારના છે. મારી કદીની બરાબર સમજાય પડે, તે માટે હું લોકોને અસલી ઉપચારની રૂઢીઓ જેવી કે, હોમી-

ઓપથી, ઝેલોપથી, વિગેરેની ખુળીઓ તથા ખામીઓ આપણા દામમાં લાગેવળગે એટલી જાણતીશ, પછી તે માનવાનું અને નહિ માનવાનું દામ દરેકના મગજ ઉપર આધાર રાખે છે. પણ મારી રૂઢીને બરોગર સમજાવવા માટે, એ અસલી રૂઢીઓથી મારી રૂઢી ક્યાં જુદી પડે છે, અને ક્યાં મળતી આવે છે, તે જાણાવવાની મને ફરજ પડે છે, કે નેથી તેની ખામીઓ તથા ખુળીઓ ક્યાં સમાવડી છે તે લોકો સમજી શકે.

એ સર્વ ઉપાયોમાં ખામીઓ શું છે, તે આપણે છૂટી છૂટી બોધશું. પહેલાં લક્ષ્યે ઝેલોપથી. એમાં તખીળી વસાણું વડે કે ઝોપરેશન વડે દરેક સાજાં કરવામાં આવે છે. એ અને નેચર ક્યુઅરમાં એક એ સરખામણી છે કે, બન્નેમાં માણસનાં શરીરનીજ વાત આવે છે, બાકી બીજું બધું એકબીજાથી સદંતર ઉલટું હોય છે. ઝેલોપથીના ઉપાયોથી હું કહું છું કે દર્દીઓને ઝેર આપવામાં આવે છે; અને જે કહેવામાં આવે છે કે અમુક દવાથી માણસ સાજુ થઇ ગયું એ ખોટું છે. એથી વળી બીજા પ્રકારનું દર્દી ઉભરી નીકળે છે. જે નવી શોધ મુજબ દર્દીઓનો રોગ મટાડવામા આવે તો વાલકાપ જેવું કાંઈ સહેજેજ નહિ.

હવે હોમીઓપથી લેવા. દવામાં પૂરું એતેકાદ રાખવા સામે જે લડન ચલાવવામાં આવે છે તેમાં હોમીઓપથી એક આવકારદાયક તત્વ થઇ પડે છે. એમાં તખીળી વસાણાનો નહિ જેવો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેમજ ખોરાક બહુ ચોક્કસ પ્રકારનો જ સેવાની બસામણુ કરવામાં આવે છે. આ રીતે આ સાયન્સ અમારી નવી સાયન્સને લગભગ મળતી આવે છે. ખોરાક સંબંધી એ સાયન્સ કાંઈ ખાસ ધોરણુ બાંધતું નથી અને વળી વસાણાનું જે પ્રીસક્રીપ્શન આપે છે, તે પણ ધન્ય રહિત હોય છે.

નેચરક્યુઅર ઉપલા સઘળા ઉપાયો કરતાં બહેતર છે. આ પદ્ધતિ શોધી કાઢનારાઓમાં પ્રીસનીટઝ, શ્રૉથ, હોસ અને થીઓડોર હાનનાં નામો મુખ્ય આપી શકાશે. બ્યારે આ પદ્ધતિની પહેલવહેલી શોધ થઇ, ત્યારે જડ વસ્તુઓના શુષ્ક, રૂપ, વિગેરે તરફ પૂરતું લક્ષ આપવામાં આવ્યું નહોતું; વળી કુદરતના જે કાયદાઓથી એ વસ્તુઓપર ફેરફાર થાય છે તે તરફ પણ ધ્યાન આપવામાં આવ્યું નહોતું; દ્રવ્યોમાં બેસીએ તો, પહેલાં રોગના ખરા શુષ્કની શોધ કરવામાં આવતી નહોતી. મારી શોધખોળનું તાત્પર્ય કુદરતના કાયદાના જ્ઞાનપર રચાયલું છે. વળી રોગ પારખવાની મારી જે રીત છે તે જુના વિચારના બની છે. અસલની નેચરક્યુઅર રૂઢી પ્રમાણે, જે ચીજો શરીરમા ફરી ફરીને ચોક્કસ બાગોમાં જઈને એકઠી થાય છે, તેની તપાસ કરવામાં આવતી ન હતી. આથી થતું એમ કે દર્દીના મુગ પાપા ઉપર ધ્યાન પહોંચતું નહોતું. મારી રૂઢી પ્રમાણે તેમ થતુંજ નેહમજે. નવી સાયન્સ મુજબ માણસના ચહેરા અને તેના ગરદન ઉપરથી તેની તંદુરસ્તી પારખી શકાય છે. અને ચહેરાં ઉપરથી પ્રકટતી નિશાનીઓ આ સાયન્સથી ઝોળખી શકાય છે.

નેચરક્યુઅર મુજબ પાણીને જુદા જુદા આકારોમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે, દાખલા તરીકે, એનીમા (anima), ડુશ (douche), શાવર-બાથ (shower bath), સીટઝ-બાથ (Sitz bath), સ્ટીમબાથ (steam bath), વિગેરે. આ તો ઉપાય બહુ થઇ ગયા; પણ જે રોગના ખરા શુષ્કની આપણને માહિતી થાય તો એમાંનો એકાદ ઉપાય બસ થશે. નવી સાયન્સ મુજબ પાણીનો ઉપયોગ જેમ અને તેમ સહેલો બનાવવામાં આવ્યો છે.

નેચરક્યુઅર મુજબ ખોરાક અમુક નિયમસર જ લેવો એમ કાંઈ નથી, પણ દરદ સાજાં કરવાની નવી સાયન્સ મુજબ કુદરતના કાયદા ઉપર ચ્યાયલી ખોરાકની રીતી તો અખત્યાર કરવીજ પડે છે. મારી નવી સાયન્સને હું નીચે મુજબ નામ આપીશ:—“ દવાનાં વસાણાં અને શસ્ત્રક્રિયા (ઓપરેશન) વિના દર્દી સારાં કરવાની નવી વિદ્યા. ”

મારી સાયન્સની શોધખોળ પાછળ મેં શીશી અજમાયશો કરી છે તે હું અને સર્વે જાણીશ નહિ; પણ એટલું નક્કી છે કે રાસ્ત માર્ગ મેળવવા પહેલાં મારે ધણાક ઠંણ માર્ગો પસાર કરવા પડ્યા હતા.

પહેલો અને મૂળ સવાલ એ છે કે, તમે કયા શરીરને તંદુરસ્ત યા નાતંદુરસ્ત ગણશો ? આજે તો સહેજ રેમેટીઝમ (વા) થયો હોય તો કહેશે કે, બા, એને સહેજ રેમેટીઝમ છે. બાકી એ તો સદંતર તંદુરસ્ત છે. પણ એની મતલબ તો એટલી જ કે શરીરના બધા ભાગો છુટા છે અને જો એકની ઉપર અસર થાય તો બસ તેજ ભાગ બગડે, બાકી બીજા ભાગો તો સલામતજ રહે ! ધણું અજબ જેવું છે કે, જુની રીતી આ વિચારને ટેકો આપે છે. પણ એટલું બૂવું જોઈએ નહિ કે શરીર એક આખો ભાગ છે અને જો તેના એક અવયવ પર અસર થાય તો તેની સાથે બીજાઓને પણ ખમવું પડે. ધારો કે તમને કાંતની વેદના થાય છે. તે વેદના તમારી નસો અને લોહીમાં આખા શરીરને થશે, એક નાના આંગળામાં હાડકાને ઈજા થાય છે, યા તો પેટમાં દુઃખાવો થાય છે, તો આપણાથી શરીરનું કે મગજનું કામ ચલું નથી. આવી રીતે એક દુઃખ બીજા દુઃખને ઉત્તેજન આપે છે, અને જો તે વેળાસર નહિ અટકાવ્યું હોય, તો એક યા બીજી રીતે હંમેશનું તે દરદ આપણી જાણ વિના ખમવું પડે છે. ત્યારે, એક શરીર તંદુરસ્ત ત્યારેજ રહેવાય કે જ્યારે તેના સર્વે અવયવો સાધારણ સ્થિતિમાં હોય છે અને કામકાજનો બોલો ઉપાડી લે છે. વળી દરેક અવયવ માટે જે કામ નિર્માણ કર્યું હોય તે કામ કરવાની શક્તિ તેણે ધરાવતી જોઈએ. જો તેમ નહિ થાય તો સમજવું કે તેની ઉપર અમુક અસરો થતા પામી છે. હવે નોરમલ એટલે કુદરતી શક્તિ શું, તેના પણ અંદાજ કરવાનો છે. એ જાણવા માટે જેઓ ખરેખરા તંદુરસ્ત માણસો હોય તેમનો અભ્યાસ કરવો ઘટે છે. પણ એવો એક પણ માણસ મેળવવો મુશ્કેલ થશે, કેમકે આજે કોઈનું માથું દુખશે તો કાલે ઘાતમાં દુઃખાવો લાગશે. એટલે ગમે એવો તંદુરસ્ત માણસ હોય તેને પણ કાંઈક કંઈ દુઃખ તો રહેશેજ. ત્યારે શરીરનો સાધારણ આદાર શું હોવો જોઈએ, એ ઉપર આપણે સલાહ આપીને અટકશે. વળી જેઓ માદા હોય અને જેઓ તંદુરસ્ત ગણાતાં હોય તેમની વચ્ચે મુકાબલો કરીને આપણે આપણું તાત્પર્ય ખેંચી શકીશું.

રોગથી માણસના શરીરમાં ફેરફાર થાય છે, તેના આપણે જાણીતા દાખલા હોય. કેટલાક લોકો જડાપણાનો રોગ સહન કરે છે, એથી તેમનું શરીર ગોળ ફડા જેવું થાય છે. બીજા હાથપર, સૂકાયલી લાટડી જેવા આદમીનું શરીર લો, તેમાં સહેજ પણ ચરબી નહિ હશે. બન્નેમાં રોગનાં ચિન્હો છે. વળી, જો મોઢામાં ઘાત નહિ હોય તો આખો ચહેરો બગડી જાય છે; જો મંઘીવા થયો હોય તો સાધારણ શરીર બગડી જાય છે, વિગેરે. આથી શરીરના અવયવો પર એની માઠી અસર થાય છે કે એક સાધારણ બાળક પણ કહેશે કે રોગનાં ચિન્હો તે શરીરમાં છે. એક તંદુરસ્ત આદમીનો આજ ચોખ્ખી અને સાફ હશે,

તેના ચહેરા કદરો હશે નહિ. પણ ચહેરા દ્યારે પોતાનો ખરો આદર ધરો એ ચોક્કસ જાણવું મુશ્કેલ છે. તે વાત જે પારખી આપે તેની અવલોકન શક્તિ બેસક વધારે છે. ધારો કે એક આદમીને આપણે લાંબે વખતે મળીએ છીએ અને તેના ચરીરમાં બીગડ થયો છે. હવે આપણે તેનામાં ફેરફાર બોધવું, પણ તે યાને લીધે થયો તે આપણે કદી શકીશું નહિ. એ ઉપરથી એટલું તો નમ્રી છે કે એક આદમીનો રોગ તેના ચહેરા પરથી આપણને માલુમ પડી આવે છે, ખાસ કરીને તેના ગરદન પરથી અને તેના માથા પરથી; આ અગત્યની પરીક્ષા છે.

દરેક આદમી પોતાનો રોગ શોધી દાઢવામાં કહેલ પામે એમ હું કાંઈ કહેતો નથી. પણ એમાં ચાલુ ખાંત અને મહેનત બોધવે છીએ. જે બોધને મોટા ઉપરથી દરેક પારખવાની રીતી માટે વધુ અભાસ કરવો હોય, તેઓ માટે “માઇ હેન્ડબુક” (My Hand Book) નામની ચોપડી ઉપયોગી થઈ પડશે. હું એક બીજી બાજત જે તંદુરસ્તી પીછાણવાની એક ચાવી માત્ર છે તે તરફ તમારું ધ્યાન ખેંચીશ.

જ્યારે દરેક રોગની બાજતમાં આપણું ચરીર પીડાય છે ત્યારે ચરીરને અમુક ભાગ કેમ કરે છે તે બે આપણે જાણીએ તો આખી તંદુરસ્તીની પારખ કરી શકીએ. હવે આપણે એવા અવયવોને લેવા બોધવે કે જેનાં કામો ચોક્કસ હોય છે અને જેની પરિક્ષા તરત થઈ શકે છે. તેવા અવયવો હોઝરીને લગતા છે. બે તમારી પાચન શક્તિ સારી થાય તો દિવસે દિવસે તમારું ચરીર મજબૂત અને તંદુરસ્ત થતું જશે. ખાધા પછી જે ખંચી શકે તેમાંથી શક્તિ મળે છે, જ્યારે બાકી રહેલો ભાગ બાહ્ય નીકળી જવો બોધવે. મોડા જેવાં જનવરો શું કે પક્ષીઓ શું, આ બાજતમાં આ વાત તમો દરરોજ બોધો.

પછવાડેના કુદસા કુદરતે એવા બનાવ્યા છે કે જે બાહ્ય કાઠી નાંખવા જેવી વસ્તુ (મળ) હોય તે બરાબર પોચી અને બનેલી હોય નહિ ત્યાં સુધી તે નીકળતી નથી; અને જ્યારે તે પોચી પડે છે ત્યારે તે બાહ્ય આવે છે. “એમ આઈ વેલ ઓર સીક” (Am I well or sick?) નામના મારા એક ચોપાનીઆમાંથી એ બાજતની વધુ વિગત મળશે.

સાહેબ બોધો જે ટાઈલેટ વાપરે છે તે માદાં આજરી આદમીઓ માટે મોટા શયદા કરનારાં હોય છે, પણ જેઓ તદ્દન તંદુરસ્ત હોય તેમને માટે તે કામનાં નથી.

મારા કહેવાનો અર્થ એમ નથી કે જે આદમી ખરેખર તંદુરસ્ત નહિ હોય તેણે એમ ધારવું કે ટાઈલેટ-પોપર વાપરવાનું બે તે બંધ કરે તો તેથી તેને આવન્ટે શયદા થશે. સાચું એમ છે કે જેઓની તબિયત સારી નહિ હોય તેઓએ એ વાપરવું કે જ્યો કરીને સફાઈ મુધકાઈ જળવાય. એ રીતે દરેક આદમી પોતાની પાચન શક્તિ પરથી પોતાની તંદુરસ્તીનું માપ કરી શકશે, એમાં અને પૂરતો વિશ્વાસ છે.

એક તંદુરસ્ત આદમીને જીંદગીમાં યુગ ઉપજે છે અને કશું દુઃખ થતું નથી. કામમાં તેને મોજ રહે છે ને જ્યારે તે યાકો જાય છે ત્યારે તે ઉંઘમાં કેટલાક મધુરા દલાકો પસાર કરે છે. તેને કુટુંબ ક્ષીલા તરફથી કદી ચિંતા નથી, કારણ કે પોતાની શક્તિથી તેમની જરૂરીઆતો તે પૂરી પાડે છે. એક માણસ જે તંદુરસ્ત હોય તો તેને પોતાનાં બચ્ચાં ઉછેરતાં રહેજ પણ મુશ્કેલી નડતી નથી. તેનાં બચ્ચાં પણ તંદુરસ્ત હોય તો તેમને કેળવવાની કે ઉછેરવાની તેને જરા ખજ તસી પડતી નથી. દુઃખમાં કહું તો કુદરતી વધણને લીધે હું

સાપ્ત તરફ ઢલ્યો. સપ્ત માંદગી અને જુના પૂરાણા તથાગો તરફનો કડવો અનુભવ હતો, એથી હું નેચર ક્યુઅર તરફ ખેંચાયો. વંશી, નેચર ક્યુઅરથી પણ ફાયદો નહિ થયો ત્યારે મારી શોધ યોગમાં હું આગળ વધ્યો. રોગને લીધે બાહ્યારના અવયવોમાં જે ફેરફાર થતો રહે છે તેનું અવલોકન કરતાં ધીમે ધીમે મને ખાલુમ પડતું ગયું અને જે રીતે ફેરફાર થતા રહે છે તેમજ બ્યારે રોગ સારો થાય છે ત્યારે તે ફેરફારો કેમ નાબુદ થાય છે, તે પરથી હું રોગ અને તેની ઉત્પત્તિ વિષે જ્ઞાન મેળવી શક્યો.

મારા આવતા બાપજીમાં મારી શોધ યોગનાં પરિણામો હું તમો આગળ રજુ કરોશ. એક રોગની તાસીર કેવી હોય છે, તે કેમ ઉત્પન્ન થાય છે, તેનું કારણ શું, અને તેને સામે કેમ કરવો, તે હું તમને તે વખતે જણાવીશ.

૨. રોગની સરખાત કેમ થાય છે ? તાવ એ શું છે ?

બાનુઓ અને શુદ્ધસ્થો,

રોગ એ શું છે ? તેની સરખાત કેમ થાય છે ? તે કેમ જણાય છે ? વિગેરે અગત્યના સવાલો છે. એ અગત્યતા જેમ માન મોઢેથી તેમ બહેવાર રીતે પણ જાણીતી છે; કારણ કે જ્યાંસુધી આપણે અસુક રોગનું કારણ શોધી કાઢીએ નહિ ત્યાં સુધી તેના ઉપાય હાથ લાગી શકે નહિ. આપણે અવલોકનથી સરખાત કરીએ છીએ અને તે તાત્પર્યેનિ અમલ માયશથી ખરા તરીકે માનીએ છીએ.

પહેલાં તો માંદા માણસોમાં જે ચિન્હો જણાય તે ચિન્હોનું અવશોષ જે ખરાબ પછી જે ચિન્હો હમેશાં ફરી ફરીને જણાય અને જે દરેક દર્દીના સંબંધમાં મને શોધવાં પડશે.

આ ચિન્હો અવશ્યનાં છે અને એક રોગના શુભ દોષ વિષે તપાસ કરતાં એને આ

આમડી કાઢી જશે. એ રીતે જ્યારે નસો કુલ છે ત્યારે શરીરપર પણ નસોની વચ્ચે જે જગ્યા હોય છે ત્યાં બાહારનો પદાર્થ બરી નહિ નીચે નસોની બાજુએ જઈયો બરાબ રહે છે; અને એ ગરદન અને છે. એજ રીતે શરીરની બીજી જગ્યાઓ પર પણ નીકળી આવે, એ સ્વા-

જારી કરતાં અગાઉ ડુંટીની બાજુએ એવો જઈયો પહેલો જણાય છે.

જ્યારે તે બહારનો પદાર્થ નસો વચ્ચેની જગ્યામાં હોતો નથી, ત્યારે તે માત્રાજી નસો આગળ એકઠો થાય છે, જેથી તે બાહારથી તુરત માલુમ પડી આવે છે. જે એવા ઉપડી આવેલા ભાગો ગરદન અને માથા ઉપર જણાય તો તેઓ બીજો કંઈકેણે પણ જણાય તેમાં શી નવાઈ? જ્યાં કુધી પેટ ઉપર એવા ઉપડી આવેલા ભાગો હોય નહિ, ત્યાં કુધી ગરદન ઉપર જણાય નહિ. આથી વધુ ખુશી રીતે તેઓ પેટ ઉપર પણ જણાય છે. બીજા હાથ ઉપર, પાતળા અને તવાયલાં માલુસોની નસોની આસપાસ એ બાહારનો પદાર્થ (Foreign matter-વિજાતીય દ્રવ્ય) એવી રીતે ગુંથાઈ જાય છે, કે જે આપણે તેઓને તપાસીએ તો તે બાહારના પદાર્થની વચ્ચે ચીમગાઈ ગયેલીજ માલુમ પડશે.

વળી આમડીના રંગમાં ફેરફાર થાય છે, તેથી પણ રોગ પરખાઈ આવે છે. તે જણવા માટે નીચે નં. ૧-૨ વાળી બે આકૃતિઓ આપેલી છે તે જુવો.

આકૃતિ નં. ૧

આકૃતિ નં. ૨



જલોદરીના શરીરનો આકાર.

ડૉ. કુન્હેના ઉપચાર પછીનો આકાર.

તેમાંની પહેલી આકૃતિ જલોદર થયેલા એક આદમીની છે. બીજી આકૃતિ તેનીજ છે પણ ચાર મહિના પછીની છે, કે જે દરમિયાન તે મારી સારવાર હેઠળ રહ્યો હતો. એને ખરાબ પદાર્થ જવાના માર્ગે રોગ કાઢી મેં મારી સાવ-સથી સાબને કર્યો. એના શરીરના આકારમાં જે ફેરફાર થયો છે તે ધ્યાન પૂરાડવા બેગ છે. એના ચહેરા પરથી માલુમ પડશે કે એનું શરીર રોગીષ્ટ પદાર્થ તેમાં હોવાથી કુલી ગયેલું હતું. હવે જે પદાર્થ એના અંગમાં હતો તે એના શરીરની બનાવટના ઉપયોગી હતો કે કેમ તે એક સવાલ છે. એ વિષે એવી ખીના છે કે, જ્યારે પદાર્થ એક બાજુએ એકઠો થાય છે ત્યારે તે નિષ્પયોગી

હોય છે. આપણે એકદમ જાણી શકતા નથી, કે તે એકદમ થયેલા પદાર્થથી દર્દ ઉભું થયું છે, અથવા તો જે દર્દ થાય છે, તેથી તે પદાર્થ એકદમ થવા પામે છે, પણ જેમ જેમ વધુ તપાસમાં આપણે ઉતરીએ છીએ તેમ વધુ જાણવાનું મળે છે, અને તે એ કે તે બાહારનો પદાર્થ એકદમ બાજુએ વધુ થાય છે, અને બીજી બાજુ કરતા તે વધુ પ્રમાણમાં જ્યાં પહેલાં શરૂ થાય છે ત્યાં રહે છે, અને એ બાજુ તોજ હોય છે કે જે તરફ આપણે સતી વખતે પડખું વાળીએ છીએ. આ રીતે ગુરૂત્વાકર્ષણનો કાયદો (Law of Gravitation) આ ખરાબ પદાર્થને પણ લાગુ પડે છે. હવે એ બાજુ હંમેશાં રોગથી વધુ પડછાઇ પડે છે, એ ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

વળી, આપણે એવા અનુમાન ઉપર આવીએ છીએ, કે જે પદાર્થ ત્યાં એકદમ થાય છે, તે તદ્દન બાહારનોજ હોય છે, તન્દુરસ્ત શરીરમાં કદી હોતો નથી; કેમકે જો તન્દુરસ્ત માણસને એકદમ બાજુએ સુવાની ટેવ હોય, તો તેને પણ તે પદાર્થ એક બાજુએ એકદમ થાય નહિ.

એ પદાર્થ શરીરને પુષ્ટિ આપનારું તત્વ ધરાવતો નથી. કારણકે ઉપસો કાયદો (જે ખોરાકથી પુષ્ટિ મળે) તેને લાગુ પડતો નથી. વળી આપણી શરીર રચના એની થયેલી હોય છે કે કોહોલો પદાર્થ બાહારજ નીકળી પડે છે. તેમ નહિ થાય તો શુભકાં થઈ આવે છે અથવા પરસેવો થવા કરે છે, કે જે એ નકમો પદાર્થ આમડી મારફતે બાહાર આવવાની નિશાની છે. આ ઉપરથી રોગ શું તે આપણે જોઈ શકીએ છીએ, રોગ એ બીજું કંઈ નહિ પણ શરીરમાં જે બીનઉપયોગી પદાર્થ ભરાઈ રહે છે તે છે. જે ખરાબ પદાર્થ હોય તે આપણા શરીરમાંથી દૂર કરવામાં આવે તો રોગ દૂર થાય છે, અને શરીર સાધારણ તન્દુરસ્તી પકડે છે.

હવે સવાલ એ ઉભો થાય છે કે આ બાહારના પદાર્થનો શુભ શો છે અને આપણા શરીરમાં એ દાખલ કેવી રીતે થઈ શકે છે.

પદાર્થ બે માર્ગે શરીરમાં દાખલ થાય છે; એક તો નાકવાટે ફેફસાંમાં અને બીજો ગોઠાવાટે સ્થૂંઘરીમાર આ બન્ને માર્ગોનું રક્ષણ કરનાર રખેવાળો રાખવામાં આવેલો હોય છે. એ રખેવાળો તે નાક હવા માટે છે અને જીભ ખોરાક માટે છે.

મુંઘવાની અને સ્વાદ લેવાની ઈંદ્રિયો જેવી નબળી પડી ગઈ કે તરતજ ખરાબ પદાર્થ તેઓ શરીરમાં લે છે. કેટલીક વખતે આપણે જોઈએ છીએ કે અમુક માણસો બીડીના ધુમાડા વચ્ચે બેસે છે અને જાણે ચોખ્ખી હવામાં દમ લેતા હોય તેમ લે છે. જીમનું પણ તેમજ છે. હાલમાં તીખાંખાટાં ખાવાપીવામાં આવે છે, એથી લોકોએ કુદરતી ખોરાકને સદ્-તર વીસારી મૂક્યો છે.

પાચનશક્તિ પર અકુદરતી બાર મેલ્યાથી તે શક્તિ કેમ નાશ પામે છે. તેનો આપણે વધુ દાખલો લઈશું. એક ઘોડાને ચાખકા મારીશું તો જે કામ કરવાને તે શક્તિવાન છે તેના કરતાં ચોડુંક વધુ કામ તે કરશે. એમ ચોડેક વખત ચાલશે ખરું, પણ પછી તેથી તે જાનવરને તુકશાન થશે. એજ રીતે માણસની પાચનશક્તિ વિશે પણ છે. લાંબો વખત

સુધી એક યા ખીજ વસ્તુ દવારૂપે યા દારૂરૂપે તેનું કાર્ય ચાલુ રાખશે, પણ પછી તેનું કુદરતી કામ ઓછું થતું જશે અને કદત નામતુંજ કાર્ય જનવશે. પછી તે તન્દુરસ્ત માણસ રોગ તરફ એટલો તો ધીમે ધીમે જાયતો જશે કે તેને એ વિષે કશુંજ સમજશે નહીં.

એક હોજરીમાં રોગ થયો હોય તે હોજરી કટયો ખોરાક ખમી શકે, એ શોધવું મુશ્કેલ છે; એ દર્દી એક કુટ (ફળ) ખાય તો બસ છે; બીજું ખાધું તો બારે પડે. દરેક રીતની હદ જાળવવી જોઈએ. હૃદની બાહ્યાર ગયા તો તેથી શરીરમાં ઝેર બાકે છે. જે ઓળ આપણે હોજરીમાં મૂકી તે જરૂરપત થવાને વાટેજ છે. આપણને ગમે તે ખોરાક આપણા પેટમાં આપણે ગળાવાટે ઉતારીએ છીએ, અને આપણી હોજરી તે કશુંજ રાખે છે પણ તેવું આપણાં ફેફસાંની બાજતમાં નથી. જે ખરાબ હવા આપણા દમમાં જાય તો આપણને તે જરા ગમે નહિ. આપણા બાપદાદાઓ જે રીતે પેરીજ (Parij) (પીર) બનાવતા, કે જેમાં ખરી સમિ રહેતી, તે પેરીજ હાલમાં ખાવી પડે તો કદાચ ધણુને તે ખાવી ગમે નહીં.

ખાધેલું જરૂરપત નહિ થાય તો તેમાથી મળ ખરાબ બનવો જોઈએ. તેના નિકાસ નહિ થાય તો શરીરના બાહ્યારો રોગીષ્ટ પદાર્થ તેથી બને છે. ખાવાપીવામ મધ્યમપણું ધારણ કરવું એ સર્વ તન્દુરસ્તીનો મૂળ પાયો છે.

હવે એથી રોગીષ્ટ ઓળ જે શરીરમાં બરાઈ રહે છે તેનું શું થાય છે? શરીરમાંથી તે બાહ્યાર નીકળી જાય એમ શરીર કહે છે અને કુદરતી રસ્તાઓ વાટે તેને બાહ્યાર કાઢી નાંખવા શરીર મથે છે. ફેફસાં વાટે દમ લઇએ છીએ એટલે હવા વાટે શરીર તે રોગી ઓળને કાઢી નાંખે છે. હોજરીમાંથી મળ તરીકે તેને કાઢી નાંખવામાં આવે છે અથવા સાથ, પરસેવો, વિગેરે કુદરતી માર્ગોએ તે નીકળી જાય છે.

એ રીતે જે અવયવો રોગીષ્ટ પદાર્થને બાહ્યાર કાઢી નાંખે તે અવયવો ઉપર બહુ બોલો કે ત્યારે તે પદાર્થ શરીરની અંદરજ પોતાનો માર્ગ શોધી લે છે અને પાચનમાં તુકસાન ર છે. તેમ વળી લોહીની ગતિને પણ કેટલેક અંશે અટકાવે છે. આ જનતનો રોગીષ્ટ દાર્થ જે માર્ગે મળ જાય છે તેની પાસેજ એકડો થાય છે. એક વખત ત્યાં રાખ્યાત થઈ ઇ તો તે ક્રિયા ઝડપથી બને છે, સિવાય કે આપણે તાત્કાલીક ઉપાયો લઇએ. તેજ વખતે શરીરની રચનામાં પણ ફેરફાર થાય છે. આ રીતે, એક વખતે શરીર રોગીષ્ટ બની જાય છે અને માણસને બેચેની, લાગવા માટે છે, કામકાજ થતું નથી, ખોરાક જરૂરપત થતો નથી અને એજ હાલતમાં તે કામ કરતો રહે છે, તે કયાં સુધી કે જ્યાં સુધી હોજરી, ગુરદા, ફેફસાં, વિગેરે મારફત પદાર્થ બાહ્યાર નીકળ્યા કરે છે ત્યાં સુધી-જેવું એ જાંઘ થયું કે માણસને રોગની નિરાશાની પ્રત્યક્ષ જણાવા લાગે છે.

ઉપર કહ્યું તેમ રોગીષ્ટ પદાર્થ પાછળથી એકઠો થાય છે. તે ઉપરાંત શરીરના ઉપરના માર્ગોમાં પણ જમા થાય છે અને ગરદનમાં એ ખરોખર માલૂમ પડે છે અને ગરદન આમ તેમ ફેરવવાથી આપણને તે વાત સમજાય છે.

કેટલીક વખત એવું માલૂમ પડ્યું છે કે, ઘણાં ખરાં માણસો જન્મથીજ આ ખરાબ અસરો સાથે લઇનેજ આ દુન્યામાં આવે છે. નાનાં બચ્ચાંઓ રોગથી પીડાય છે તે ઉપર-

થી આ વાત બગાડી સમજી શકાય છે. આ રોગ મારફતે બધાઓ જન્મથી જે ક્યારે લઈ આવે છે, તેમથી તેઓ મુક્ત થતા ચાહે છે. આવો પદાર્થ દુર કરવાની રીતે જેથી હોજરીને સાધી ગેરવાની એક રીતે ફરજ પડે છે, તે વિશે હું આગળ બોલીશ.

એ ક્યારે હુડીવાળા ભાગમાં એકઠો થઈને આખા શરીરમાં ફેલાય છે અને અવયવોને પૂરતી ખીલવણી કરવા દેતો નથી કેટલીક વખતે અવયવો મોટા થાય છે સારે ખરી રીતે ખીલતા નથી કારણકે ક્યારે પોતે તેની જગ્યા લઈ લે છે. વળી લોહીનું ફરવું અટકી રહી જાય છે, એથી અવયવો સામા નાના થાય છે.

આ ક્યારે ધણીક વેળાએ પડી ગેરવાની જણાય છે. પણ જ્યારે તક મળે છે ત્યારે તે પોતાનો આકાર ફેરવી લે છે. આ ક્યારે એના પદાર્થો અને જે જે પીગમી જઈ શકે છે અને ભાગ પડી જાય છે અને એથી નવાનવા આકારો બનાવે છે. એ પદાર્થો વળી અંદર તત્તલે છે. એ તત્તલણ ધણીક અગત્યનો ભાગ બજાવે છે. તત્તલણ દરમ્યાન ઝીંખી નમો ધણે કાળે લાગી જાય છે, અને જે પદાર્થ તત્તલણ હોય તેમાં જણવા ભેગ ફેરફાર પડી જાય છે. તત્તલણથી ગરમી આવે છે અને જેમ તત્તલણ વધુ તેમ ટેમ્પરેચર પણ વધુ.

તદુરંત શરીરમાં તે તત્તલણ પોતાનું કામ અટકાવે છે અને એ રીતે જે નવા આકારો ઉત્પન્ન થાય છે તેમાં પણ તત્તલણ થાય છે, એ તદન ખરી બીના છે, પણ એ વાત તમને આજ સુધી કોઈએ પણ પુરતું વજન આપ્યું નથી. આપણે બરફનો કાપલો લઈએ—તેનું પાણી બને છે, પછી તેમાંથી વરાળ, વરાળમાંથી વાદળોનો વરસાદ, વરસાદના નદીનામાં ને પાણી તે પરથી બરફ બને છે. એ વંડુ ગરમીના તકાવતથી થાય છે. એજ રીતે શરીરમાં પણ ક્યારેની બામતમાં બને છે ને જ્યાં જ્યાં એવા પદાર્થ માટે ઘટતી જમીન મળી કે તરતજ તેનો પાક વડુ ને વંડુ પેદા થવા પામે છે



જ્યાં સારી જમીન પણ હોય ત્યાં લગભગ સારી ગરમીનું પ્રમાણ મળ્યું કે તત્તલણ શરૂ થાય છે. એ ઉપરથી સરદી, કામો વિગેરેને જન્મ મળે છે અને બાધિલ ખોરાકને એકસ જગ્યામાં જોડાઈ તે કરતા વધુ વખત રહેવા પામે છે, તો તે દરદી ચીડીઓ બની જાય છે આ તત્તલણ પણ હુડીમાંથી શરૂ થાય છે. ધણીક વખતે એથી પેટ છૂંકી જાય છે, અને તે મૂંઝી જાય છે, પણ જે કમજીવ હોય તો એથી ક્યારે વધવા માટે જે તેની અસર તમને આપણને માથું દુખીને લાગે છે. અંદર બરાબેતો પદાર્થ ઉઘે છે કે તમને ગરમી પેદા થાય છે અને તે લોહીની ગરમી (ટેમ્પરેચર) પછી આપણને જણાય છે. એનું નામ તે તાવ દાખવા તરીકે, જોડેની બાદલીના ચીતાર દેવો. બાદલીને નીચેથી જેમ જેમ ગરમી લાગે છે તેમ તેમ ઉપરથી ઉભરાય છે. સારે

આકૃતિ નં. ૩. તાનું કારણ શું ? તે નીચે મુજબ—

૧. પેટ સાફ આવે નહિ.
૨. પેશાબ બરાબર થાય નહિ
૩. શરીરના છોટા બધા થઈ જાય અને
૪. દમ લેવાની ગતિ નમતી પડી જાય

.તાવ એ ફક્ત શરીરની અંદરનો એક ભાગનો ઉલ્લેખ છે.

ધારે કે તરતના બનાવેલા બીઅર (Beer)ની એક બાટલી છે, તેને થોડા દિવસ એમ ને એમ રહેવા દો. થોડે દિવસે તેમાં જે ફેરફાર જણાશે તે ખમીર છે. એ ખમીર બીજાં કાંઈજ નહિ પણ અમુક પદાર્થનો બગાડો અથવા કોહવાટ છે, કે જેમાં વનસ્પતિનાં ઝીણાં જંતુઓ પેદા થાય છે. આ ઝીણાં જંતુઓ પદાર્થના ફેરફારથી થાય છે, એમજ નથી, પણ એ ફેરફારનું તેઓ પ્રતિભાવ છે. એથી ત્રણ પદાર્થના આધારમાં પણ ફેર પડે છે. સારે માત્રન શક્તિમાથી જે ગરમી પેદા થાય છે તેથી ખોરાકના ફેરફાર થાય છે, અને તેમાથી જીવનાં જંતુઓ થાય છે. દરેક જીવવાળી દસ્તી એ કાંઈજ નહિ પણ અમુક હાલતો વચ્ચે વસ્તુઓનો ફેરફાર છે અને જેને હું તત્ત્વાટ, ઉકળાટ, ખમીર, વિગેરે નામ હું આપું છું તે વિના નવો જીવ દસ્તીમાં આવી શકતો નથી.

પાસેની બાટલીવાળી આકૃતિ (નં. ૩)મા જોવાથી જણાશે કે ખમીરની વરાળ બાહાર જાય છે, બ્યારે પદાર્થ નીચે ભેગો થાય છે. હવે બાટલીને હલાવો તો પદાર્થ આખી બાટલીમા ફેલાશે અને ઉંચે જશે. ખમીર ન ઝંધાય તે માટે દારૂને ભોયરામા રાખવામા આવે છે, તેનું કારણ એ છે કે ભોયરાની હવા ગરમી કે ઠંડી દરમ્યાન એકજ હોંબ છે, એથી ખમીર પર મોટા ફેરફાર થતો નથી. એ રીતે શરીરમા પણ એ ખમીર ગરમીમાં વધુ થાય છે. ગરમ મુલકોમા તેથીજ તરેહવાર તાવ ફેલાય છે, બ્યારે ઠંડા મુલકોમાં તેમ નથી. ઠંડા મુલકોમાં ધણે ખરા મંદવાડ વસંતઋતુની શરૂઆતમાં થાય છે કે બ્યારે ગરમીની શરૂઆત થાય છે, ધણીકોને અભયળી થાય છે કે એવી ગરમ ઋતુમાં બચ્ચાંએની ઓરી વગેરે " બાળકોના દર્દો " શું કારણથી થઇ આવે છે? તેનું કારણ એટલું છે કે ઉકળતું લોહી તેને વધુ મદદ કરે છે, અને બાહારનું જરા પણ કારણ મળતા બાળકની તબીબત બગડી આવે છે. એ માટે બાહારનો પદાર્થ કાઢી નાખવાના તાત્કાળિક ઉપાયો લેવા જોઈએ.

શરીર પણ બાટલીની માફક છે. જે પદાર્થ ઉકળે છે તે નીચે રહે છે અને ઋતુમાં ફેરફાર થયો કે તે ગતિ કરે છે અથવા તો આંચકો લાગતા હીલચાલ થાય છે. શરીરમાં પણ ઉખરો ઉચેજ મટે છે. ત્યાં સુધી ગરમી આખરીની બાહાર જતી નથી ત્યાં સુધી દમાળુને અટકાવ મળે છે અને તેથી ગરમી થાય છે; એનું નામ તે તાવની ગરમી.

જેમ ગરમી વધે છે તેમ તાવવાળું શરીર કુસે છે. બ્યારે ચામડી બદ્દજ કુલી જાય છે ત્યારે સમજાવું કે કેસ કાપતી બર્બો છે. તે વખતે ઉકળતો પદાર્થ અંદર ને અંદર કુસે છે, શરીર અંદરથી ગરમ થઇ જાય છે અને મરણ નીપજે છે. હવે તો બાટલીનું બુચ ખોલતા વાર જેમ ખમીર બહાર નીકળી પડે તેમ શરીરને પણ ખોલું હોય તોજ ધાસ્તીમાથી મુક્ત થયાવ. દાખલા તરીકે, પરમેવો કાઢવો, જીલાન લેવો, વગેરે.

બાટલીમા ખમીર છુટથી કરે છે, પદાર્થ છુટથી પ્રસરે છે ને આગ્રુબાગ્રુ જઈ પ્યોગિ છે. પણ શરીરમાં તે પદાર્થ વારંવાર રોકાય છે અને ખરખર કરીને પોનાનો રસ્તો કાપે છે. પછી તે જ્યાં જઈ પ્યોગે ત્યાં તે અચપનો રોગ આપણને લાગુ પડે છે.

મુખ્ય કરીને આપણી લોજરી, ફેફસાં, હૃદય વગેરે ખરાબ થવા પામે છે, પણ પાછો તેનો આધાર તે બાહારનો પદાર્થ કેટલા પ્રમાણમાં એકઠો થાય છે તે ઉપરજ રહે છે. માટે

બંધ આમંડીને ડેવી રીતે ખુલ્લી દરવી તે વિશે હું તમને પાછળથી જણાવીશ. ગરમી શરૂ થવાની મંદીનાઓ અગાઉથી આપણા શરીરમાં ઠંડક લાગે છે.

અન્ય નેવું છે કે, જેમ ગરમી અંદર વધવાની શરૂ થાય છે તેમ આપણને આહારથી ઠંડી નેવું લાગે છે. તેમ કારણ એ છે કે લોહી ફરતું બંધ પડી જાય એટલે ઠંડી લાગે અને જ્યાં જરૂર આવ્યું હોય ત્યાં અસાધારણ ગરમી રહે એટલે એક બાબતથી ઠંડી લાગે ને ખીજી બાબતથી ગરમી. એ રીતે જ્યારે તાવ આવવાનો હોય છે ત્યારે અંગમાં ટાટ લાગવા માટે છે. જ્યારે શરીરમાં તે એકદમ થયેલા પદાર્થને આહારનું કંઈ પણ કારણ-નેવું કે ફરતું 'અદલાવું', મગજનું ઉશ્કેરાવું, વિગેરે બળે છે, ત્યારે તે પદાર્થ લોહીના ફરવામાં અડચણ કરવા માટે છે, જેથી લોહી ઉપરની ચામડીમાં બરોબર આવી શકતું નથી અને તેને લીધેજ ખાસ કરીને હાથ અને પગ ઠંડા રહે છે. જો એજ વખતે ઘટતા ઉપાયો લીધા હોય તો તાવ અટકાવી શકાય.

લોહી ઉકળે છે તે વેળાએ વનસ્પતીનાં જંતુઓ એકદમ થાય છે, એમ આપણે જોઈએ. તેમ તાવની બાબતમાં પણ થાય છે. જ્યારે ઉકળાટ (ગરમી) બંધ પડે છે ત્યારે તરતજ એ જંતુઓ પણ નાશ પામે છે. જો આપણે એમ કહીએ કે જંતુઓથી રોગ ઉઠે છે, તો તે ખોટું છે. આપણાં અંગમાં આહારનો કચરો હોય તેજ રોગ. આ કચરો આહાર કાઢી નાંખવો, એથીજ જંતુઓનો અટકાવ થઈ શકશે. ધારો કે એક કચરાવાળો ચોરડો છે. તેમાં કચરાને લીધે જ્યારે જંતુઓ પેદા થાય છે ત્યારે આપણે જંતુઓ મારવા નહિ જતાં જો કચરોજ કાઢી નાંખ્યું તો જંતુઓ આપ બેળે નાશ પામશે; પણ તેમ કરવાને બદલે જંતુઓનેજ મારવા કાંઈ ઝેરી દવા નાંખ્યું, તો તેઓ મરશે ખરાં, પણ પાછાં કચરાને લીધે થશે. ખીજો દાખલો હોય. ધારો કે એક બીનાશવાળી જાતની છે. ત્યાં પુષ્કળ મગજર થાય છે. દરેક મગજરને મારવા જતાં પાર આવશે નહિ. પણ જો બીનાશવાળી જાતને બદલે ચોખ્ખી જાત હોય તો તેથી કેટલો બધો ફાયદો થાય ? એક વધુ દાખલો હોય. ગરમ મુલકોમાં જંતુઓ એક ખીજાને ખાય છે અને તેમાંથી નવો વંશ પેદા થાય છે. વળી, ત્યાં ચાર પગાં જનાયરો જેવાં કે વાઘ, વરૂ બહુજ જોવામાં આવે છે. આપણે તેઓને ઝોઈ કરવાના ઉપાયો લેશું, પણ નવી એસાદ તેમની જાત લઈ લેશે. હવે જો આસ-પાસનાં હવા, પ્રદેશ, વિગેરેની સ્થિતિઓ પોતે સલામત હોય તો એ જંતુઓને જન્મ મેળજ નહિ. વળી ખીજું જોવાનું એ છે કે, આ જંતુઓ ગરમીમાંજ પેદા થાય છે. સાકળી-રીઆ જેવા ઠંડા મુલકોમાં તેમનો ઉપદ્રવજ નથી. જેમ જંતુઓ ઝીણું તેમ તેમને મારવાની મુશ્કેલી વધારે, અને તે સર્વ કાંઈ ઝેરથી મરી જઈ શકતાં નથી. એજ રીતે, રોગોનું પણ છે, કે જેમાં જંતુઓ બરાબાં હોય ત્યાંથી આહારનો કચરો સાફ કરી નાંખવો, નહિ કે પેલાં જંતુઓને છૂટાં છૂટાં મારવાં. આ રીતે જો તમેને બતાવી આપ્યું છે કે, કુદરત નાની ને મોટી બાબતોમાં સરખીજ રીતે કામ કરે છે. જેમ એકબેકને કાડી ખાનારાં જાનવરો ખોરાક હોય છે ત્યાંજ છત્રી શકે છે, તેમજ તાવ પણ જ્યાં તેને ઉત્તેજન બળે છે ત્યાંજ રહે છે. જે માણસના શરીરમાં આહારનો નકામો પદાર્થ હોય, ત્યાં સદજ પણ આહારનું કારણ મળતાં તાવ ઉત્પન્ન થાય છે.

માટે જ્યારે તાવ આવે ત્યારે શરીરમાં છીદ્રો ઉઘાડી નાંખવાં, એટલે કે પરસેવો મેળ-

વેા. તેમ થશે કે શરીરની ગરમી બાહ્ય નીકળી જશે અને તાવ નરમ પડશે.

પણ હજી એટલું બસ નથી. ગરમીના ઉત્તગાટથી શરીરમાં જે દુષ્કરો હોય તેનો અમુક ભાગના નીકળી જાય છે. હજી બીજો રહી જાય છે અને તેમાંથી વળી તાવ વારંવાર ચડી આવે છે. તે વખતે એને કાઢી નાંખવા માટે સીટ્ઝ-બાથ (Sitz-Bath) લેવા અને પાછલા ભાગો ધસવા નોંધએ, એટલે કે ધર્ષણ ક્રીકશન (Friction) કરવું.

તેજ વખતે આપણું બીજું શરીર કામ કરતું અટકે નહિ તે જોવાની અમત્ય છે. દર્દીને સહંતર આરામ નોંધએ. ગરબડ નોંધએ નહિ, અન્નવાણું (લાઇટ) પણ નોંધએ નહિ.

હવે, માંદા આદમીઓની બાળનમાં તેમનાં શરીરમાં દેખાતો ફેરફાર થવા પામે છે. આ ફેરફાર તે વધારાના દુષ્કરને લીધે છે, કે જે ધીમે ધીમે આપણા શરીરમાં ફેલાઇ જાય છે. બધાં સુધી ખરાબ પદાર્થ શરીરમાંથી બાહ્ય નીકળતો રહે ત્યાં સુધી શરીર સાબુ રહેશે; પણ તેમ થતું બંધ થયું કે શરીરમાં રોગ જણાવા લાગશે. આવો ખરાબ પદાર્થ એકઠો થતાં જે રોગ થાય છે તે તરત વેળા દુઃખ કરતો નથી, પણ લાંબાય છે. આ બાહ્ય રોગ પદાર્થ જેમ જેમ સહે છે અને ગંધીલો થતો જાય છે તેમ તેમ તેમાં જંતુઓ વધવા પામે છે; એથી પેટમાં દુખાવો થવા માટે છે અને તેમાંથી રોગ ફેલાય છે. એ બાહ્યરોગ પદાર્થ બહાર એકઠો થાય છે, છતાં બધા સુધી તે બીજા દર્દી રૂપે શરીરમાંથી નીકળતો નથી ત્યાં સુધી આપણને કાંઈ પણ દર્દ થવા પામતું નથી. તે બાહ્યરોગ પદાર્થ જીવ જંતુઓને ધણું ઉત્તેજન આપે છે, અને તે ધણુંખડે આંતરક્રમાંથીજ ઘર થાય છે. બ્યારે તાવ અને એવાં બીજાં દર્દી તેનાં કારણને લીધે થવા પામે છે, ત્યારેજ માણસને દુઃખ થાય છે.

અને તેથીજ હું હિમ્મતથી કહી શકું છું કે, આ સધળાં દર્દી અવસરમાં તો એકજ કારણને લીધે જીવંત જીવ રૂપમાં ઉભાં થાય છે. હવે, મારા ઉપાયો કેટલા ખરા છે, તે વિષે માત્ર બોલીનેજ નહિ, પણ કરીને હું તમને બતાવી આપવાને શક્તીવાન છું, એમ કહેવામાં સહેજ પણ અતિશયોકિત થતી નથી.

આજના વખતમાં તો બોલવાથી નહિ પણ કરી બતાવીને તેના દાખલાઓ રજૂ કર્યા થીજ લેકોનો વિશ્વાસ મેળવી શકાય. મારી રીઠ કેટલે દરજ્જે ખરી છે અને તે કેટલે દરજ્જે ફતેહમંદ નીવડી છે, તે આ બોલકીના પછવાડેના બાળમાંથી ફતેહમંદ થયેલાં દર્દીઓનાં લખાણો ઉપરથી માણુમ પડી આવશે.

હાલ સધળાની સમસ્યા જૂદા જૂદા દર્દીઓને તપાસી તેઓને ઉપાયો સુચવવા મુશ્કેલ થઇ પડે એમ છે, અને તેમ બની શકે પણ નહિ. તે છતાં હું મારા બાપણમાં જૂદાં જૂદાં દર્દી વિશે, તેના ઉપાયો વિશે અને મારી જાણમાં આવેલા એવા દર્દીઓ વિશે તથા મારા ઉપાપત્રી રીતથી તેમને જે ફાયદા થયેલા તે વિશે હું હવે બોલીશ. માફ આવતું બાપણ બન્ધાઓના દર્દથી હું શરૂ કરીશ.

આ ઉપરથી એમ માનવું કે, બધા રોગો જૂદા જૂદા નથી પણ એકજ છે અને તેનું કારણ પણ એકજ છે. માત્ર આકારો જૂદા છે.



બાળકોને દરદો કેવી રીતે થાય છે, ક્યાં ક્યાં થાય છે, ને કેમ થાય છે ?

બાલુઓ અને શુદ્ધસ્થો,

ગોવર, (ઝીરી) નો તાવ, કીતળા, ગળાનો સોજો (ડીફેરીઆ) ખાંસી, કંઠમાળ, વિગેરે દરદો વિશે.

જે બાહારના પદાર્થથી રોગ થાય છે એ પદાર્થ જન્મથી આપણી સાથે આવે છે યા પાછળથી શરીરમાં દાખલ થાય છે. અંદરના ભાગોમાં હોજરી, ફેફસાં, શુરદા, આંત્રી, વિગેરે આ. પદાર્થને બાહાર દાખવાની કાર્યશક્તિ કરે છે. જ્યાં સુધી તે બાહારના પદાર્થ નીકળી જાય છે ત્યાં સુધી શરીર ચોખ્ખું રહે છે. પણ જો તેમ નથી થતું તો તે જુદા જુદા ભાગોમાં એકઠો થાય છે, જેને લીધે શરીરની અસહ્ય રચનામાં ખામી પડે છે, અને એ ફરક ગુરૂન મોંદું અને આણીદાર ભાગોમાં વધુ જણાય છે. દાર્પણ તરીકે જ્યાં સુધી આપણે અગાઉ આપેલી આકૃતિ મુજબ બાટલી ખુલ્લી હોય છે ત્યાં સુધી ખમીર બહાર હોય છે. પણ બાટલીને છુય મારો તો છુય સખ્ત (દાઢિ) થઈ જશે. જેમ પદાર્થ વધારે ઉછેરે તેમ છુય વધુ દાઢિ થાય. એ રીતે, ધારો કે શરીરની બાજુમાં સ્થિતિસ્થાપક (ફેસ્ટેટીક) પાંસળાઓ છે અને એ પદાર્થ જેમ આગળ ચરશે તેમ પાંસળાઓ કુલશે. એ બધી ગરમી પેટમાંથી શરૂ થાય છે. બાટલીમાં ક્રૂત નીચેથી ચંદ્રવાત થાય છે, એજ તકાવત છે.

જો આ ગરમી અંદરના ભાગોમાં બેઠી જાય તો બાહારનું અંગ અનુમાયક મુજબ ઠંડુ થતું જાય છે. આ અંદરની ગરમીને બાહાર નહિ દાખવામાં આવે તો તાવ સખ્ત રૂપ લઈ લે છે અને છેવટે મોત પણ નીપજે છે. હવે એવા વખતમાં અગત્યનું એ છે કે, અંદરનો તાવ કે જે બાહાર નીકળતો નથી, તેને ઉપાયો કરી બાહાર લાવવો જેથી બાહારની ઠંડક નીકળી જાય છે. જો તેમ કરવાને આપણે અશક્ત થઈએ તો ધણું ગંભીર પરીણામો નીપજે છે, કારણકે અંદરના ભાગો અતિશય ગરમીને લીધે, અને નહિ તો બાહારના પદાર્થના બારથી, પુષ્કળ હેરાનગતિ બોગવે છે.

બાળકોનાં દરદો તે કાઠજ નહિ પણ બાળપણમાં જે બોખારી તાવો થાય છે તેજ છે. એ બાધાનું કારણ પણ એકજ છે. માટે તે સર્વેની અક્યતા આપણે જોઈશું. એનું કારણ પણ કહેલા પદાર્થની ગરમીનું છે.

એ દરદો અટકાવાય એમ છે. સહેરમાં કે મામડામાં દારૂઓના એટલા માટે રાખવામા આવતો નથી કે રખેને તે કાઠી નીકળે અને તેમનો નાશ થાય. આપણે તેની દરકાર લઈએ છીએ, છતાં આપણા શરીરનીજ દરકાર લેતાં નથી. આવો દારૂઓના આપણા પેટમાં પણ છે, પણ તેને આપણે બાહાર થા માટે કાઢતાં નથી ?

બચ્ચાંઓનાં જુદાં જુદાં દરદો હોય છે. અને તે સર્વે અટકાવી સકાય એમ છે. પણ એમાં પણ ગરમ અને ઠંડી એ બે ચીજોજ કામ કરે છે. જો કે બચ્ચાંઓનાં દરદો ધણી જાતનાં હોય છે, તોપણ તે સર્વે એકજ દર્દનાં પરિણામો હોવાથી તે મારી રહી પ્રમાણે સર્વ સરખાંજ છે; તેમ છતાં સમજણ પડે તે માટે હું જુદી જુદી રીતે તે દર્શાવીશ. હવે પહેલો દાખલો લ્યો:—

તેવે તાવ હોય ત્યારે કાર્યસાધક ઉપાયોથી ગળાને મોક્ષ્ય કરવું, અને તેમાં વરાળ ધણી કાળે લાગશે, અને તેથી દર્દ પણ ઘણું દમની થશે. એથી યોગ્ય વખતને માટે આરોમ થાય કે તરત પેટ ખાલી કરવા તરફ ધ્યાન દોડાવવું. જો મારો બાપ દેવામાં આવે તો તેથી ગળાની ફરીઆદ દૂર થવા પામશે, અને ઉપરાઉપરી “ક્રીકશન બાથ” લેવાથી તો ધબ્બાજ દાયદો થાય છે. પણ દુઝાળને લીધે ગળામાં ખીન્ને ફેરફાર આપણને જણાશે. તે ફેરફાર અને બળતું હોય એમ લાગશે, કે જે એકરીતે ઘણું ઇન્નકારક ગણાય. ડીફથીરીઆ (ગળાનો સોજો) થવા પહેલાં દર્દી સાંધાની કળતરની ફરીઆદ કરશે, કે જે કદાચ તે ખમી શકશે, પણ ગળાની બળતરા તેનાથી ખમાશે નહીં, માટે પેટ સાફ કરી રહીને બેસી રહેવું નહીં, પણ જ્યાં સુધી પાચનક્રિયા બરાબર રસ્તાપર ન આવે ત્યાં સુધી આહુ બાથ લીધા કરવા. સાથે સાથે આમડી વાટે પરસેવો બહાર કાઢવા સાફ પાણુ ઉપાયો લેવા. કારણ કે તોજ દરદનું જોર નરમ પડે છે.

વળી આપણી પેલી બાટલીની બાજુ ઇન્ફેરટીક (સ્થિતિ સ્થાપક) છે, એમ ધારો. જ્યાં સુધી ઉકળેલી વરાળ નીકળી જતી નથી, ત્યાં સુધી બાટલી ફૂલશે, પણ બાટલીમાં નાનાં નાનાં છિદ્રો પાડે છે એટલે તે હવા નીકળી જશે અને બાટલી પોતાનો અસલનો આકાર પકડશે. એજ રીતે શરીરની આમડીના છિદ્રો વાટે પરસેવો જેવો નીકળી જશે કે તરત શરીર પોતાની અસલ સ્થિતિમાં આવી જશે. સઘળા તંદુરસ્ત માણસોની આમડી જોશો તો તે ગરમ અને બીનાશવાળી હશે. પણ જો તે સુષ્ક અને ઠંડી હોય તો સમજવું કે તે શરીરમાં દરદ છે.

ડીફથીરીઆમાં આમડીને વધારે જોશથી ચોળવાની જરૂર છે. જો વખતે પણ માતાએ પોતાનાં બચ્ચાને પોતાનાં પડખામાંજ લઇને સુવાની જરૂર છે. જો શુરદાવાટે ખરાબ પદાર્થ વહી જતો નથી, તો આમડી વાટે જમ છે. જો પેટ અને આમડી બન્ને ખુલાં જાય તો ડીફથીરીઆ થાય પણ નહીં.

જો એક માતા પોતાનાં બચ્ચાને ડીફથીરીઆમાં સાધારણ ઇલાજથી પરસેવો બહાર ન લાવી શકે, તો પછી સ્ત્રીમ બાથ આપીને પરસેવો ઉપજાવવો.

આ ઉપરથી તમે જોઈ શકશો, કે ડીફથીરીઆ પણ એકજ કારણને લીધે થાય છે, અને તે ખીન્નરૂપે ઉભરાઈ નીકળે છે. ઉપરનાં ચિન્હો જુદાં હોવાથી લોકો તેનું કારણ પણ જુદું સંમજે છે. જેમાં તેઓની મોટી ભૂલ છે.

મોસીસ એસ. નોલ્વર્સ્તેનો નવ વર્ષનો છોકરો ડીફથીરીઆથી પટકાઈ પડ્યો. પહેલાં તો એક નેતરની ખુરશીમા તેને બેસાડ્યો અને નીચે ઉકળતું પાણી રાખ્યું. પગ નીચે પણ ઉકળતું પાણી રાખ્યું. શરૂઆતથીજ આખા શરીરપર કામળો ઝોલાડવામાં આવ્યો હતો, કે જેથી અંગમાંથી વરાળ અંગમાંજ રહે. ત્યાર પછી પેટ સાફ કરવા “ક્રિકશન-હિપબાથ” આપ્યો. આથી માથાની ગરમી નરમ પડી એટલુંજ નહીં પણ આસ લેતાં જે મુશ્કેલી હતી તે પણ દૂર થઈ. ત્રણ ત્રણ કલાકે બાથ આપી રાખવાથી તાવ પણ નાપુદ થયો. બચ્ચાનાં સુવાનાં ઝોરકાની બારી ઉઘાડી રાખી હતી. પહેલેજ દિવસે બાળક એ રીતે બપોમાંથી મુક્ત થયું, અને પાચ દિવસમાં તો તે હવતું ફરતું થઈ ગયું !!!

ટીપ્પણી—છીતળાનો ઉપદ્રવ જોઈએ તે કરતાં વધારે કાઠી નીકળે છે. વળી તે વખતે

આપણામાં ગભરાટ પણ વધારે જોવામાં આવે છે. જેઓ મારા ઉપાય જાણે છે, તેઓ ગભરાતાં નથી. શીતળા તરેહવાર જાતનાં આવે છે. શીતળા સૌથી વધારે બયંકર એટલા માટે છે કે, એમાં તાવનું દરદ વધારે ઉભરાય છે. હજી સુધી તેનો ચોક્કસ ઉપાય જાણાયેલો નથી અને તેની સારવાર કેમ કરવી તે પણ જણાયેલું ન હોવાથી આ દરદ માણસોને ગમ-રાવી મુકે તેમા નવાઈ નથી. એ દરદ આપણામાં વધારે પ્રચલિત જણાય છે. લોકો આ દર-દની જાણ પોલીસને તરત નથી કરતા તેનું કારણ એવું જણાય છે કે તેઓને મુશ્કેલી ભરેલી અડચણો ભોગવવી પડે છે. મારી રૂઢી, તેમજ માન્યતા મુજબ તો શીતળા સહેલાઈથી દૂર થઈ શકે છે. ઓરી, અજબડા, પાણીના શીતળા વગેરે શીતળાનીજ જાતો છે. તેમાં શીતળા સૌથી વધારે બયંકર છે, કેમકે તેમાં તાવનું જોર બહુ હોય છે અને તેમાં ઉંધા ઉપાયોથી ઘણું મોત પણ નીપજે છે. મોતમાંથી બચનારા દરદીને પણ લાંબા વખત સુધી ખીજાનાવશ રહેવું પડે છે. આ સમયે ખીલકુલ ગભરાયા વગર ખરા ઉપાયો યોજવા તત્પર થવું એજ વધારે સલાહકારક છે.

જ્યારે બચ્ચાને બહુ તાવ આવે ત્યારે સમજવું કે તેનું લોહી બહુ ઉકળે છે અને શીતળા આવવાની તૈયારી છે. પછી રાત્રી આઠાં જણાય છે. તે વધીને દ્રાક્ષ જેવડાં થાય છે. વચ્ચે કાંધો ડાઘ જણાય છે. શીતળા અર્ધા અંદર અને બહાર હોય છે. તે દાણા શરીરમાં છૂટાં છૂટાં પથરાયેલાં હોય છે, કારણકે બહારનો પદાર્થ એકાએક વધતો ફેલાયેલો હોય છે. શીતળા મોંઘાપર આવે ત્યારે તાવ વધુ સમજવો. મોંઘાં પર શીતળા આવે તેનો ખરાબર ઉપાય ન કરવાથી આઠાં રહી જવા પામે છે. શીતળા કંઈ અકરમાતથી નથી થતાં કે જેથી એક જગ્યાએ દેખાય અને બીજી જગ્યાએ ન દેખાય. સ્થિતિ સ્થાપક લંકણવાળી ખાટલી લ્યો. તમે જોઈ શકશો કે જ્યાં બહારનો કચરો વધુ જમા થયેલો હોય ત્યાં તે ખાટલી વધારે ફૂલે છે. શરીરની બાજતમાં પણ તેમજ બને છે. દાખલા તરીકે મોઢું શીત-ળાથી ભરાઈ જાય છે અને બીજે ઠેકાણે તેમ થતું નથી, કેમકે માથું એ શરીરનો છેવ-ટનો ભાગ છે અને કોહેલો પદાર્થ વધુ ઉકળવાથી આખરે માથાના ભાગનેજ પકડે છે અને લાંજ ઉભરાય છે. પેલી ખાટલીમાં પણ બહારનો પદાર્થ હમેશાં વધુ અને વધુ ઉપરજ નેરા કરે છે. અને એમ થતાં માથા પછી તેને આગળ વધવાનું મળતું ન હોવાથી ત્યાંજ વધારે ભણુઈ નીકળે છે.

શીતળા પાકા થાય એટલે મોટી આકૃત દૂર થઈ સમજવી. પણ શરીરમાંથી ગરમી બહાર ન નીકળી તો જીવ જવાનો સેહો જાણવો. કેટલીક વખતે એવું પણ બને છે કે એ ગરમી મૃત્યુ પછી શરીરમાંથી ફૂટી નીકળે છે અને એવા દાખલામાં શીતળા નહીં પાકવાના કારણથીજ મરણ પામે છે. તેવા દરદીને તાવનું જોર બહુજ રહે છે.

આ રોગમાં તાવ સમ રહેવાથી દાણાને ખંજળવાની લાગણી બહુ થાય છે. અને જો તે લાગણીને આંધીન થઈ ખંજળાણે તો શીતળાના કાંધા રહી જાય છે, કેમકે તેથી કાંધા દાણા કાટી નીકળે છે, માટે દર્દીના હાથ બાંધી રાખવાની ઘણીજ જરૂર છે.

આથી પણ મારી રૂઢી બહુ સગવડ ભરેલી છે. હું ચામડીનાં છિદ્રો ખોલી નાખીશ. તેથી પરસેવો વળશે, પેટમાં કે જ્યાં આગળ વધારે ઉકળાટ થાય છે ત્યાં ઠંડક લાગશે. એ તો સ્પષ્ટ છે કે બહારની ગરમી સાથે અંદરનો પદાર્થ ઉકળે છે અને બહારની ઠંડક સાથે અંદર પણ ઠંડી જણાશે.

મારી રૂઢીથી મેં ઘણા દર્દીઓને સાજા કર્યા છે. જ્યાં મરણ નીપજ્યાં છે ત્યાં હદ બહાર ગરમી વધી ગઇ હતી, અને મહારા સઘળા ઉપાયોથી જનુ દુઃગરમી આપી ન શક્યો તેથી નિષ્ફળ નીવડ્યો હતો. માટે હું બાર મુઠીને દહીસ કે જેવો તાવ લાગુ પડે કે તરતજ ઉપાય લેવા, નહીં તો દરદ વધ્યા પછી કશું વળશે નહીં.

અહીં પણ વધી પડેલા ખરાબ દયરા સાથેજ લડત ચલાવવાની છે. દરેક રોગ માટે જેમ ઉપયોગ ઉપાય છે, તેમ આ રોગ માટે પણ છે. અહિંજો જોઇને રોગ પારખવાનો ખરાબર અભ્યાસ કરવાથી અમુક માણસને અમુક રોગ ક્યારે થશે તે જાણી શકાય છે, તેનો દાખલો નીચે હજી કહું છું.

એક મજુરનાં ત્રણ બચ્ચાં શીતળાથી પટકાઈ પડ્યા. આ દરદથી શું હાડમારી પડે છે તેથી તેનો બાપ વાકેફ હોવાથી તેણે પહેલેથીજ ઉપાય લીધા. તેણે ક્રીકશન-હીપ બાથની ખાસ રૂઢી કામે લગાડી, બચ્ચાઓને તો શીતળાનું ઝેર ક્યારનુંજે ચડી ગયું હતું પણ મારા ચાર બાથ તેને વરાળથી આપ્યા અને બીજા દર “હીપ-બાથ” ૭૨ ડીગ્રી ગરમ પાણીમાં આપ્યા. તાવ તરતજ ઉતરવા માડ્યો. ખટાશ અને તીખાશ વગરનો ખોરાક દર્દીને આપવા માંડ્યો અને સ્વચ્છ હવાની આવજા રાખી. આ પ્રમાણે મારો ઉપાય ચાલુ રાખ્યાથી એક ‘અઠ-વાડીયામાં’ બચ્ચાંઓ તદ્દન સારા થઇ ગયાં. ત્રણેમાંથી દેાઈને પણ શીતળાનું એક ચાકું પણ રહ્યું નહીં એ ખાસ જાણવા જેવું છે. માફે આ શાસ્ત્ર એવું પુરવાર કરે છે કે શીતળા કદાબ્યા વગર પણ બળીયા નીકળે તોપણ તે ધાસ્તિભર્યા નથી. હાલમાં એવી માન્યતા આઠી રહી છે કે એક વખત શીળી કદાવી એટલે બળીયા ટંકાબ્યાથી શીતળા નીકળતા નથી, પણ એવું કાંઈ નથી. બળીયા ટંકાવેલું માણસ બળીયા નીકળવાના ભયમાંથી સુકત રહી શકતું નથી. હું આ બાબતના સંબંધમાં વધારે કહેવા માગતો નથી પણ જેને એ બાબત વિષે વધારે જાણવું હોય તેને “રીયરીંગ ઓફ ધી સિસ્ટમ” —બાળકોને કેમ ઉછેરનાં એ નામનું માફે પુસ્તક વાંચવાની બલામણુ કહું છું.

સુકી ખાંસી—આ જાતની ખાંસી શીતળા જેટલી ધાસ્તિ ભરેલી નથી તો પણ આ દર્દી ઘણા બાળકો મરણ પામે છે. દર્દીથી ખાંસી ખવાતી નથી અને કદ નીકળતો નથી અને તેથીજ આ દર્દી ભયંકર છે. હરકોઈ પ્રકારની ખાંસી તુડ્યાનકારક છે અને લાંબા મંદવાડનું તે ચિન્હ છે. ચામડી, હોઝરી કે મુત્રાશય એ સઘળાં કે એમાંનું હરકોઈ ખરાબર કામ કરતું નથી તો આ રોગ લાગુ પડે છે, કારણ કે નકામો કચરો ઉંચો ‘અડવાથી’ ખાંસી આવે છે. બાળકોને ખાંસીની સાથે તાવ પણ આવવા માટે છે. કદ વિગેરે પદાર્થને બીજે રસ્તે બહાર જવાનું સાધન નહીં મળવાથી તે ગળાં તરફ ચડે છે. ખાંસી ચાલ ત્યારે પ્રથમ તપાસ તો એ કરની કે દર્દીને પરસેવો વળે છે કે નહીં. આ તપાસની ખાસ જરૂર છે. પરસેવો ન વળતો હોય તો સમજવું કે ખાંસી ઘણું મંબીર રૂપ લેશે. કેટલાક બનાવોમાં આખોદારા લોહી વહે છે, નાક કાન ગળે છે. આવા બનાવમાં કોઈપણ ઉપાય કામસાધક થઇ શકતો નથી. વખતસર ઉપાય લેવાથી કેટલાક કેસ સુધરે છે.

આ દરદમાં પણ ઉપર મુજબ ઉપાય લેવો. પરસેવો લાવનારા અને નકામો પદાર્થો કાઢી નાખનારા ઉપાયો કરવા. ખાંસી બાથ લેવાથી કદ વિગેરે પીગળીને બહાર

નીકળશે. આ દરદ સાડ ક્યારે થાય તે કહી શકાય નહીં પણ પરસેવો છૂટવાથી ખાંસી નરમ પડવા માડશે. સામાન્ય માન્યતા એવી છે કે બે ત્રણ મહીને ખાંસી મટે, પણ એવું કાંઈ નથી. ઉપાય લાગુ પડે તો તગ્તજ સાડ થઈ જાય છે.

શરીરની અંદરના અને બહારના નકામા પદાર્થો સડવાથી અને બહાર નહીં નીકળી જવાથી જે દરદો ઉત્પન્ન થાય છે તેમાંનું એક દરદ આ જાતની ખાંસીનું પણ છે. તાવ જેમ વધુ ચડે તેમ આપણે તંદુરસ્તી મેળવવાના કાશં મારીએ છીએ અને તેજ પ્રમાણે શરીરની રચના પણ એવી છે કે દગ્દને જોણું કરી પોતાનું કુદરતી કાર્ય થયા કરે. કેટલીકવાર તાવ સાડ કામ કરે છે અને રોગને દુર કરે છે અને એવા તાવની જરૂર હોવાથી તે તાવ કુદરતી રીતે આવે છે. આવા તાવની સાથે સાથે વખતસર યોગ્ય ઇલાજો લેવામા આવે છે તો તંદુરસ્તી પાછી પ્રાપ્ત થાય છે. અને આવેલા તાવ તંદુરસ્તીને સારી બનાવનારા હથીઆર ૩૫ થઈ પડે છે.

તાવ તો એક ફરીયાદ તોફાન ૩૫ છે. ફરીયાદ તોફાન થતા પહેલા પવન ધુંકાય છે અને વાવાઝોડું થાય છે તેમ માણસના શરીરમા તાવ બરાતા પહેલા ઠંડી ચડે છે અગર ખીજાં ચિન્હો થાય છે. તોફાન પછી શાન્તિ થાય છે તેમ તાવ આવી ગયા પછી શરીર હલકું હલકું થઈ જાય છે અને સ્કુર્તી જણાય છે. તોફાન પસાર થઈ જતું નથી ત્યાં સુધી ધારિત રહ્યા કરે છે તેવીજ રીતે તાવ આવી, જતો નથી ત્યાં સુધી દુર થતી નથી. ત્યારે આ તોફાન શું છે ? હવામા જે બહારનો પદાર્થ હોય તેને ઉચે ચડાવવાની ક્રિયા થાય તેજ માત્ર તોફાન છે. આ પ્રમાણે તોફાન જેમ હવાને સ્વચ્છ કરવાનું સાધન થઈ પડે છે તેમ માણસને તાવ આવી ગયા પછી તેની સીસ્ટમ-શરીરનું બંધારણ-સ્વચ્છ થઈ જાય છે અને શરીર પાછું તાજું બની જાય છે. તોફાનનું કારણ ઉભરાતી હવા છે તેમ તાવનું કારણ શરીરમા ગેલા વધારાના પદાર્થોનો ઉભરો છે. કુદરતના સધળા કાયદા એક સરખા છે અને તે બાબત નીચડુ દર્શાવે જણાવે બેગ હોવાથી અત્રે આપું છું:—

ચાર વર્ષની ઉમરના એક બાળકને સને ૧૮૮૯ ના વર્ષના જુલાઈ મહીનામા સુકી ખાંસી થઈ આવી. ઓગસ્ટમા આ દરદ વધી ગયું અને તેની બહેનને પણ એ દર્દ લાગુ પડ્યું માઆપે મને બોલાવ્યો. મે પ્રથમ બાળકનો કેસ હાથમા લીધો અને દિવસમા ચાર વખત “સીસ્ટ-આથ” આપવા માંડ્યા. આથ આપ્યા પછી કેટલોક વખત બીજાનામા સુવાડી રાખી “સન-આથ”-સર્વેસ્ત્રના આપવામા આવતો. થોડા દિવસમાં ધણેજ સાડ પરિણામ આણ્યું. તેની બહેનને પણ આ પ્રમાણે કાયદો થયો અને બંને બાળકો બે મહીનામા તદ્દન સાજા થઈ ગયા. છોકરી ઓઝમીલની બનાવેલી કાજ પીતી નહોતી અને દુધમા ચાક્રેટ નાખીએ તોજ પીતી. એક નાનું બાળક આ પ્રમાણે ખોરાકની બાબતમા હઠ લઇને બેસે તે એવું સૂચવે છે કે નાનપણથી પડેલી ટન કેમ કરીને સુધરતી નથી. તેની મા બાળકને પોતાના પડખામા સુવાડતી તો તે ઉઘડતું નહોતું પણ એટલું જુદું સુવાડે તો ધસધસાટ લે. પરસેવો છૂટવાથી ઘણા દર્દો સારા થાય છે. પરસેવાથી વરાળ જેવું બહાર નીકળે તો તેથી ગભરાવું નહીં. જનવરો પોતાના માંદા બચ્ચાઓને પોતાની સોડમાં-ખોળામા-લે છે એટલે હુંકથી તેઓ સાજા થઈ જાય છે. એજ પ્રમાણે તંદુરસ્ત સોડમાજ સુવાડે તો તેઓ વધારે તંદુરસ્ત બને છે.



કંઠમાળ.

Scrofula.-સ્ક્રોફ્યુલા.

કંઠમાળના દર્દમાં ગરમી વધતી નથી એટલે તેને તાવના દર્દમાં ગણવામાં આવતી નથી તો પણ તે તાવનું એક સ્વરૂપ તો છેજ. આ દરદ વંશપરંપરાથી ઉતરી આવે છે. કંઠા મુલકોમાં આ રોગનું જોર બારે હોય છે. તેનાં ચિન્હો-માથું મોટું દેખાય છે, ચહેરા ચોખ્ખો થાય છે, આંખોમાં અગન બળે છે, શરીરમાં જડતા જણાય છે, પગ નબળા પડે છે અને મગજ શક્તિ સુસ્ત બને છે. સઘળા કસોમાં આ સઘળાં ચિન્હો જણાતાં નથી. કેટલાક કસોમાં કંઠી બરાબ છે અને આમ થયું તો સમજવું કે કેસ બહુ ખરાબ છે. તેનું કારણ એ છે કે શરીરમાં વધારાના કોહેલા પદાર્થોના સંગ્રહ ધણેજ એકઠો થઈ ગયો હોય છે અને તેથી શરીરના તમામ છેડા સુધી લોહી ફરી શકતું નથી. આમ થવાથી શરીરના અંદરના ભાગોમાં ગરમી વધવા માંડે છે અને તેથી માંસ સુકાવા માંડે છે. ધરની ખાજ મોરીમાં કચરો બરાબ જાય છે ત્યારે પાણી જેમ જઈ શકતું નથી તેમ શરીરની રંગો અને નસોમાં કોહેલો કે નકમો પદાર્થ એકઠો થઈ જવાથી લોહી ફરી શકતું નથી અને તેથી કરીને શરીરમાં શરદી ચડતી હોય એમ લાગે છે.

આ રોગમાં કાંઈક દરદ થતું નથી અને શરીરની આખી સ્થિતિ ઉપરથીજ આપણે આ રોગ વિષે વિચાર બાંધી શકીએ છીએ. આજ સુધી આ રોગનો ઉપાય શોધી કાઢ્યો નથી અને એ રોગ શાથી થાય છે તથા તેનું મુળ કારણ શું છે અને તેના ખરો ઉપાય શો છે તે હજી કાંઈએ શોધી કાઢ્યું નથી. ઘણા ભાગે દરદીને હવા ફેર માટે કાંઈ સારી જગ્યાએ મોકલવામાં આવે છે પણ તેથી મન માનતું પરિણામ આવતું નથી.

કંઠમાળ વાળું બચ્ચું બહારના પદાર્થથી બહુ પચપચી ગયેલું હોય છે કે જ્યાંનો ધણો ખરો ભાગ તો તેને વારસામાં મળે છે. આ પદાર્થ છેક છેડે આવે છે અને તેથીજ માથું પોતાનો આધાર બદલે છે અને ચોરસ થતું જાય છે. ફરીને પેલી ઇલેસ્ટીક મથાળાં વાળી બાટલીના ચિતાર લાવે. બાટલીનું મોટું બંધ થવાથી જેવી રીતે તે કુલી જશે તેવી રીતે કંઠમાળના દરદીની બાજતમાં પણ બને છે. ઉજળતા પદાર્થ માથાં સુધી પહોંચી જાય છે. ઇલેસ્ટીક મથાળું કુલે છે તેમ દરદીનું માથું પણ કુલે છે, જેને facial expression ને નામે ઓળખાએ છીએ અને તે જો આપણે જાણીએ તો આ રોગનાં ચિન્હો આપણે તરતજ પારખી શકીએ અને તે જાણવા માટે “સાયન્સ ઓફ ફેસીયલ એક્સપ્રેસન” નામનું માઈ પુસ્તક વાંચવું.

આ દરદને લીધે હાથ પગના આધાર પણ બેડોળ થઈ જાય છે, ચામડીને કરવાનું કામ પણ નજાળું પડી જાય છે અને તેથી લોહીનું ફરવું અટકી પડે છે અને કંઠી લાગે છે. વળી અંદર ગરમી વધુ હોય છે તેથી કંઠમાળનો દર્દ ધણો અકળાય છે અને એમનું એમ ચાલ્યા કરે તો આ રોગ ઉપરથી બીજા રોગો ફાટી નીકળવાનો સંભવ રહે છે. ઘણું કરીને કંઠમાળ ઉપરથી ક્ષય થવાનો સંભવ ધણો રહે છે અને આ ગ્રંથાણે પાછળથી યથા રોગો વધારે બયંદર હોય છે.

હવે આ દરદનો ઉપાય શો છે ? આપણે શરદીને તાવમા ફેરવી નાખવી અને વારંવાર નરમગરમ દરદ થાય તેને સખ્ત દરદના રૂપમાં ફેરવી નાખવું. આથી કરીને અંદરનો તાવ બહાર આવશે અને જોવા તાવ હાથમા આવ્યો કે તેના ઉપર અગાઉ કહી ગયા તેમ ઉપચારો અને ઉપાયો કરવા. કુંકમાં ચુરદા, ચામડી અને પેટનો રોગ બહાર કાઢવો એટલે ચામડી ગરમી પકડશે, પરસેવો થશે અને તખીયત સુધરતી જશે અને તરત વેળા. રાહત મળશે; પણ દરદ વધારે વખતનું હોય અને શરીર નબળું પડી ગયું હોય તો ખંત અને કળાજી રાખવાની જરૂર છે. કેટલીક વખતે દિવસો સુધી અને કેટલીક વખતે અઠવાડિયાં સુધી ઉપાયો ચલાવવા પડશે અને શરીરમાં સક્રિય નહિ હોય તો વર્ષો પણ લાગે છે અને હદાય સાફ પણ થતું નથી.

જે કારણને લીધે હાથ બહારની ગરમી પેદા થાય છે તેથીજ શરદી પણ પેદા થાય છે. એક મૂળમાંથી બે જૂદાજ પ્રકારની હાલતો પેદા થાય છે અને તે જૂદી દેખાવાનું કારણ એટલુંજ કે તે બંને રોગનાં ફેલાવાનાં બે જૂદાંજ રૂપો દર્શાવે છે. એક જીવડામાંથી પતંગીયું થાય છે અને તે ઉપરથી પછી પોપટી બને છે, એજ પ્રમાણે શરદીની બાબતમાં પણ બને છે. સઘળા દરદોનું મૂળ કારણ એકજ છે પણ તે માણસના શરીરમા જુદાજુદા રૂપે હોવાથી આપણને તે જુદાં લાગે છે. આજે સઘળા જાણે છે કે કાઠીમાંથીજ પતંગીયું અને તેમાંથી પોપટી બને છે પણ તેથીજ જાતનો દાખલો આ દરદોના સંબંધમાં લેવા કહીએ તો ટોણ માનતું નથી જે ઘણું દીલગીરી ભર્યું છે. ત્યાંજ તેઓની ખરી જૂલ છે.

મારા દવાખાનામાં કંઠમાળનો એક કેસ મેં કેવી રીતે સાંભળે ક્યોં તે વિષે હું અજે બે શબ્દો કહીશઃ—બે વર્ષના એક છોકરાને કંઠમાળનું દરદ થયું અને તેથી પાંચમે વર્ષે તો તે હાલવા ચાલવાને પણ અસક્ત થઇ પડ્યો હતો તેના બાપે અનેક ઉપાયો કરી જોયા પણ એકે બાણ પડ્યો નહીં. દવાઓ—પ્લાસ્ટર ઓફ પેરીશ, ટ્રેસીંગ, બાય, વીજળી બધું અજમાયી જોયું પણ બાળકને થયેલી કંઠમાળ કેમ કરી મટે નહીં એટલે તેને મારી પાસે લાવ્યો. તેને તખાસતાં માલમ પડ્યું કે તે બાળકની પાચનક્રિયા ઉપર કોઇએ પણ ધ્યાન આપેલું નહિ. મારી સારવારથી પહેલા અઠવાડિયામાંજ પાચનસક્રિય બરાબર આવી ગઇ અને છ અઠવાડિયાં પછી તે બાળક બરાબર ઉભું રહેવા માંડ્યું. તેના શરીરમા માસના બાજી ગયેલાં ચોખાઓ ધિમેધિમે પીગળવા લાગ્યા અને તદન નાશુદ થયા. છએક મહીના પછી તેનું બેહદ મોટું થઇ ગયેલું માથું બરાબર ઘાટમા આવી ગયું અને બાળક હસતું રમતું બની ગયું.

બાળકોને ગળાંમાં ગાંઠ થાય છે તે સરવેનું કારણ એકજ છે અને ઉપાય પણ એકજ છે. પેટ છુટી જાય છે અને તાવ પણ લાગુ પડે છે. બધામાં વધી પડેલી ગરમી યા વધી પડેલી ઠંડી એ બે આપણે જોઇએ છીએ. બંનેનાં કારણો તાવને લગતા છે. વળી દરેક રોગનો ઉપાય પણ મારી રૂઢી પ્રમાણે એકજ ઢગ ઉપર છે કેમકે તે બધાનું મૂળ કારણ એકજ છે. બધાનું મૂળ પેલો બહારને વધેલો કચરો છે અને એજ દરદને રોગનું મૂળ છે. રોગ એ તો માત્ર જુદાજુદા આકારો છે. દરદોને દવાવી દેવા નહીં પણ તેને શરીરમાંથી કાઢી નાખવા. દમાની દેવાથી તંદુરસ્તી મેળવી શકાતી નથી કેમકે પેલો કચરો જુદાજુદા સ્વરૂપો લીધાજ રહે છે માટે તેને

ખોગક સંગંધી જલવાતું એટલું જ નહીં છે કે હોઝરીમાં પદાર્થ નસતી પડે. હોય ત્યારે તેમાં કશે પણ વધારો કરવો નહીં. દરદીને બહુ ઓછો ખોરાક આપવો અને તેને બરાબર રૂચી થાય નહીં ત્યાં સુધી ખોરાક બિલકુલ આપવો નહીં.

દરદી રોગ ઉઠે છે તે વિષે આહાં હું કાંઈક બોલીશ—રોગી પદાર્થ અંગમાં હોય નહીં ત્યાં સુધી કોઈ પણ દરદ થતું નથી અને દરદ યથા પંજી તે જીવું થાય છે તો ધાર્સ્તિ બધું થઈ પડે છે. બાળકોની રોગી હાલતો ખૂં જોતાં માયાપ તરફથી વારસામાં મળે છે. બાળકો માયાપનાં બહારના રૂપો ધારણ કરે છે તો શું અંદરની ખામીઓ તેઓમાં નહીં ઉતરે! સીધી રીતે જોતાં જે રોગ માયાપને હોય છે તે બાળકમાં પણ પેદા થાય છે. જે પદાર્થ બાળકોને માયાપ તરફથી વારસામાં મળે છે તેજ રોગનો વારસો પણ સમજવો. બાળકોના રોગ સમજવતી વખતે કદાચ લોકોને જે બગડેલો પદાર્થ હોય તેથી કેમ હરકત થાય છે તેજ બતાવવું બસ યથા પડશે. ઉડતા રોગોજ એકમેકને ઉડે છે એમ આજ સુધી આપણું ધારવું છે પણ માયાપમાં રહેલા પદાર્થોને ગર્ભ બંધાઈ જન્મ લેતી વખતેજ બાળકોમાં જે જે રોગ વારસામાં ઉતરેલો હોય છે તે પણ એક જાતનો ઉડતો રોગજ કહેવાય કારણ કે માયાપના દહોનો વારસો એ બાળકના સઘળા દરદોનું મૂળ છે.

ત્યારે શું જોરમાં ઉઝરાતા રોગો ઉડી શકે છે? તેનો જવાબ એટલોજ કે જેમના શરીરમાં વધારાનો કોહેસો કચરો નહીં હોય તેઓને રોગ ઉડશે નહીં પણ જેઓમાં આવો કચરો હોય છે તેમને રોગ તરતજ ઉડશે. તંદુરસ્ત બાળકોના શ્વાસોશ્વાસમાં રોગી જંતુઓ છતાં તેમને કાંઈ પણ દરદ ઉત્પન્ન થતું નથી.

સખત રોગમાં નકામો કચરો ઉઠે છે અને તેથી તે શરીરમાંથી બહાર પણ નીકળતો જાય છે અને દરદી સાંજે થાય છે ત્યારે આ પ્રમાણે ખાસ બને છે. દર્દી સાંજે થતો જાય છે ત્યારે રોગ ઉડવાની ધાર્સ્તિ વધુ રહે છે અને તે કેમ બને છે તે હું નીચેના દાખલા ઉપરથી બતાવીશ:—

ધારો કે ખમીર લાંબી તે જે પદાર્થમાં ખમીર ન ઉઠે તેમાં તેને નાખ્યો તો તે પદાર્થ પણ ઉકળવા માડશે. આપણે જાણીએ છીએ કે રોટલી ઉપસે છે અને દુધ જામે છે, તેજ પ્રમાણે રોગમાં પણ થાય છે. જે કચરો આપણા અંગમાં હોય છે તે દબ વાટે હવામાં બળી જાય છે. આ હવા બીજા કચરા વાળા રોગી માણસના દમમાં જાય એટલે તેનો શરીરની અંદરના ખરાબ પદાર્થ ઉપર તે હવા અસર કરવા માંડે છે. આ રીતે જે ઉગાટ પહેલા શરીરમાં થતો હતો તે હવે બીજા શરીરમાં થવા લાગે છે. આ પ્રમાણે પહેલાંનું દરદ બીજાના શરીરમાં દાખલ થાય છે. જેમ શીતળાની રસી આપણા શરીરમાં મુકાવીએ છીએ તેમ કેટલાક રોગમાં ઉડવાનું કાર્ય છે. જેમને ખરેખર રોગ ઉડે તેમનેજ સખત રૂપે દરદ થાય છે. જેમના શરીરમાં બહારનો કચરો બહુ એકઠો થઈ રહેલો હોય છે. તેમને ઉડના રોગો જલદી લાગુ પડે છે. આજ સુધી માણસ નથી પડ્યું કે એ ઉડવાની જગા કઈ? હોમીયોપથી કહે છે કે જ્યારે વસ્તુઓ પીગળવાની હાલતમાં હોય છે ત્યારે તેઓ સૌથી વધારે અસરકારક હોય છે. એવીજ રીતે એક શરીરમાંથી પીગળતો પદાર્થ જન્મજન્મમાં ખાતે એવી જમીન હોય ત્યારે જલ્દી બાગી પડે છે. આ કિયાને રોગ ઉડેલો કહે છે, એસોપથી દવા આપવામાં આવે છે તો તેથી શરીરના અચુક ભાગો લોકો વગર સુકાઈ જાય છે.

અને એ રીતે શરીરમાનો નકામો પદાર્થ બહાર કાઢી નાખવાની જે શક્તિ શરીરમાં રહેલી હોય છે તે નથી રહી શકતી અને પરિણામે ક્યારે વધે છે એટલે દરદ વારંવાર ઉભરાઇ નીકળે છે. આ પ્રમાણે જ્યારે તાવ આવે છે ત્યારે ક્વીનાઇન, મોરશીયા એવું એવું આપણે લઇએ છીએ તો તેથી પણ ઉપર મુજબ અસર થાય છે. આમ કરવાથી તંદુરસ્તી મેળવવાને બદલે ઉલટી નાદુરસ્તી દાખલ થાય છે અને નાસુર, જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ વગેરે અનેક દરદો થઈ આવે છે. દિવસે દિવસે હોઝરીમાં તો વધુને વધુ ક્યારે એકઠો થતો જાય છે અને તેને બહાર કાઢી નાખવાની શક્તિ તેમાં રહેતી નથી. જ્યારે ઉપલા રોગ જેવો એકાદ રોગ થાય છે કે પછી ઉપાય ચાલતા નથી. અજબ જેવું છે કે ક્વીનાઇન, એન્ટી-ફેશીન, એન્ટીપાઇરીન વગેરે જેવી દવાઓ તખીઓ આપે છે અને તેથી રોગ વધે છે. એક ખીજ વાત લ્યો. જુના ધલાને કામે નથી લાગતા ત્યારે તખીઓ નવા ધલાને કામે લગાડે છે. કામ રોગ સારો કરવા સારૂ ટયુબરક્યુલીન રસી મૂકવા લાગ્યા પણ તેથી એક પણ દરદી સાબળે થયો નહીં. દરેક દવા આપણી શક્તિ બેદી નાખે છે. એથી કાહેલો પદાર્થ તો એકઠો થતોજ રહે છે અને તેનો જરૂરો વધી પડે છે ત્યારે જીંદગી જોખમમાં આવી પડે છે. એક દાખલો હું આપીશ:-જ્યારે એક માણસ ખીડી ફૂંકવાનું શરૂ કરે છે ત્યારે તેની હોઝરીમાં ઝેરી પદાર્થ એકઠો થવા માડે છે. પહેલાં તો હોઝરી ટકર ઝીલે છે પણ પછી તે નબળા બને છે અને તેનું કશું ચાલતું નથી. ખીડી પીનારાઓ કહે છે કે શું કરીએ? અમારી હોઝરી એટલી નબળા છે કે એક શેટલી, પણ પચી શકતી નથી. વાત એમ છે કે પોતેજ ખીડી ફૂંકીને હોઝરીને નબળા બનાવી મૂકે છે અને પછી માને છે કે હોઝરી તો ખીનું કારણથી નબળા પડી-ખીડી તો હોઝરીને હલકી બનાવી મજબૂત કરે છે!

નબળાઇ દૂર કરવા સારૂ અંદરથી નહીં પણ બહારથી ઉપાયો લગાડવા જોઈએ. કે જેથી અંદરનો ક્યારે નીકળી જાય, કે જે ક્યારને શરીર પોતાની મેળે બહાર કાઢવાને અશક્ત હોય છે. ધણીક વેળાએ હવાના ફેરફારને લીધે નબળાઇ વધી પડે છે. દાખલા તરીકે શરદ ઋતુમાં રોગ બહુ ઉભરાઇ નીકળે છે. એકાદ અંધારા, ઠંડા ભોખરામાં તમે ખીરની એક બાટલી લઇ જશો તો તેથી ખમીર ચડશે નહીં, પણ, ગરમીમાં લાવો કે તરત ચડશે. એવું કારણ ગરમી છે. વળી તેજ વખતે તેના રંગ પણ બદલાશે, પહેલાં તે ચોખ્ખો દેખાશે અને પછી મેલો દેખાશે. તેમાં વળી જીવનંતુઓ હોય તો તે ગરમીનું પરિણામ છે.

એજ રીતે હવામાં પણ છે. એક દિવસ આકાશ ખુલ્લું અને ચોખ્ખું જણાશે, ખીનું દિવસે હવામાં-ટેમ્પરેચરમાં-ફેર પડતાં દવ, ધુમસ, વરસાદ, બરફ વગેરે જણાશે. તે સધળાનું કારણ એક સાધારણ માણસ પણ સમજી શકે એમ છે. હવામાં રહેલી બીનાશ ઉપર ગરમીની અને ઠંડીની જુદી જુદી રીતે અસર થવા પામે છે તેને લીધે એમ બને છે. ગરમ દેશોમાં બીનાશને લીધે હવામાં વરાગના રૂપમાં ઉચે ચડતો પદાર્થ હોય છે એથી જે માણસોના શરીરમાં બહારનો પદાર્થ હોય જો, તેઓને તે પદાર્થ ત્યાં વધુ વખત રહેતાં તાવ આવે છે. એ રીતે જ્યાં જ્યાં પાણીનાં ખાઓચીયાં હોય ત્યાં એમજ થાય છે. જ્યાં તળાવ ચોખ્ખાં અને નીચે પથરા હોય છે ત્યાં જમીન જોઈતું તો સપાટી ઉપરથી વરાળ ઉડતી દેખાશે નહીં. કેટલીક વખતે આવી જાતની ચોખ્ખાઈ છતાં હવામાં ફેરફાર થતાં પાણી મેકું દેખાય છે જેથી તેનું તળાવું કેવું છે તે તરતજ માણસ પડી આવે છે અને તેમાથી જ્યારે

ઋતુને લીધે ખમીર યદે છે ત્યારે તે ખમીરથી રોગનો ફેલાવો થાય છે. શિયાળામાં ખાખે-
ચીયાનું પાણી કેટલીક વખતે ચોખ્ખા જેવું દેખાય છે કારણ કે ઠંડીને લીધે ખમીર યદે
નથી પણ ઉનાળામાં પાણી ઘણું મેલું અને ગંધવાળું દેખાય છે.

પણ જ્યારે રોગ ઉડતો નથી ત્યારે પણ અમુક ઠેકાણે એકાએક રોગ કેમ ફાટી નીકળે
છે? ખરી રીતે જોતાં અમુક રોગો દર વર્ષે અમુક વખતે ફાટી નીકળે છે જ. તે બતાવે
છે કે અમુક જગ્યાએ અને અમુક દોષોમાં તેઓના શરીરમાં વધારાનો પદાર્થ વધતો ઓછો
હોય અથવા ખરાબ નરસો હોય છે ખરો જ. જે વધારાનો પદાર્થ માણસોના શરીરમાં
નહોં હોય તો દરદો યદુ ફેલાવો ફરી શકેજ નહિ. આપણે તપાસ કરીશું તો માલમ
પડશે કે દર વર્ષે રોગ ફાટી નીકળે છે, જેમાં ગતો તાવ (સ્કર્વેટ) શીવર), ખાંસી, બળાવા
વિગેરે ચોક્કસ વખતે થવા પામે છે. સઘળા ઉપર હવાનું દબાણ એક સરખું હોય તો દરેક
માણસ ઉપર એક સરખી અસર થવાનીજ અને દરેક શરીર તંદુરસ્તી મેળવવા સારૂ ક્યારે
બહાર કાઢવાનુંજ, તેથી એટી વખતે અમુક રોગ મોસમ દરમીયાન ફાટી નીકળે છે. જુદા
જુદા માણસોને તાવ લાગુ પડે છે ત્યારે તેમની ખીમારીનું પ્રમાણ છુટું છુટું હોય છે, પણ
જ્યારે ખાંસી જેવો રોગ આજે અહીંયા માલમ પડે અને કાલે બીજે ઠેકાણે માલમ પડે
ત્યારે સમજવું કે તેનું કારણ હવાને લીધે છે; પણ દરેક જુદા માણસને એકજ રોગ લાગુ
પડે છે, તે છતાં તેઓની તબીબત પ્રમાણે જુદા જુદા ફેરફારો જણાય છે, તે યાદ રાખવું.
પણ એક ઠેકાણે જે ઇનફ્લ્યુએન્ઝા ફાટી નીકળે અને થોડા દિવસ પછી બીજે ઠેકાણે તેનો
હુમ્મો થાય તો તેનું કારણ તો ઋતુજ છે એમ સમજવું. જેમ હવાનાં તોફાનો થાય છે
તેમ આ રીતે ફાટી નીકળનારા રોગોનું પણ જાણવું. એક વખતે રોગ ફાટી નીકળ્યો કે પછી
બાકીનું બીજું કામ તેમાં જે ઉડતો પદાર્થ હોય છે, તે ફરે છે અને તેનો ફેલાવો
વધારી દે છે.

પણ ચાપુ જમાનામાં આટલા મોટા પ્રમાણમાં કોઈ રોગ ફાટી નીકળતો નથી અને
થોડો ઘણો ફાટી નીકળે છે તેનું કારણ હાલની તબીબી વિધાને લગતું છે અને તે એ કે
દવાઓ આપી આપીને માણસની શક્તિ તોડી નાખવામાં આવે છે. આથી દરદ ઓછું કર-
વાને બદલે ઓછું તો નળનું ફરી નાખવામાં આવે છે કે દવા લેવાય છે એટલે વખત
દરદ દર્દીય છે પણ તે અવાર નવાર ઉભરાઈ નીકળે છે અને આ ખરી બીના તબીબોના
જાણવામાં જેમ વધારે ને વધારે આવશે તેમ તેઓ ખરો માર્ગ લેવાને તૈયાર થશે.

એકંદરે જોણતા આપણે જણાવીશું કે, જ્યારે એક રોગ માત્રાપ ઉપરથી બાળકોમાં
ઉતરે છે ત્યારે ફક્ત બહારનો પદાર્થ જે માત્રાપ તરફથી બાળકોને વારસામાં આપવામાં આવે
છે તેનું તે પરિણામ છે. એવા રોગનો અટકાવ કરવા યાહતા હોય તેઓએ આ વધારાનો
પદાર્થ બહાર કાઢી નાખવાની જરૂર છે. કેટલી દદ સુધી આવી જતો પદાર્થ વારસામાં
આપવામાં આવ્યો છે. તે ક્યારેની આકૃતિ ઉપરથી જણાશે.

૨. જે સખ્ત રોગો થાય છે અને જે ઉડે છે, તેમાં ઉડવાનું કારણ ઉકળતો પદાર્થની
આપલેનું છે કે જે દવા મારફતે ઉડે છે; પણ જેઓના શરીરમાં ડોહડેલો પદાર્થ બરો
હોય તેમનેજ આવા રોગો ઉડી શકે છે. માટે બીમાર માણસને સૌથી પહેલી જરૂર જે છે

તે ચોખ્ખી હવાને લગતી છે. દરદીના ઝોરકાની ખારીઓ ખુલ્લી રાખવી. સુગંધી વસ્તુઓથી હવા સાફ થતી નથી પણ તેથી તો માત્ર બગાડોજ થાય છે. વધારામાં સુગંધીથી નાકની સુંઘવાની શક્તિ મંદ પડી જાય છે. તે સુગંધી વસ્તુઓ હવાની માફક તબીબત સુધારવાને બદલે વધુ બગાડે છે. હવામાં ઝેરી વસ્તુઓ હોય તે માટે ગમે એટલી કોશિષો થાય પણ તે ફતેહમંદ થાય એ બનવા જોગ નથી. એટલા માટે દીસજનદેશન એ કોઈ અસરકારક ઉપાય નથી. સૌથી જરૂરી વસ્તુ છે તે એજ કે શરીરમાંથી કચરો કાઢી નાખવો. તે માટે “ ક્રીકશન-આથ, ” સીટસ-આથ ” વિગેરેજ ઉપયોગી છે. એથી થાય છે શું કે કચરો પેટ રસ્તે તેમજ પવનરૂપે બહાર નીકળી જાય છે. જ્યારે હું પોતે બાથ લેતા હતા ત્યારે પણ એમજ થતું હતું.

૩. આ ઉપરથી ગમે એવો રોગ ઉભરાઈ આવે પણ આપણને રક્ષણ મળે છે. કારણકે કચરો નીકળી જવાથી રોગ થતોજ નથી. માટે રોગ મટાડવા સાફ અને રોગ ન ઉડે તે સાફ શરીરની અંદરથી અને બહારથી જતન લેવાની જરૂર છે. આપણે એમજ ધારીએ છીએ કે જૂઠ્ઠાં જૂઠ્ઠાં સ્વરૂપોથી નવા નવા રોગનાં કારણો નામુદ થાય છે, પણ તેમ નથી. રોગ તો એકજ છે. ફક્ત તેનાં બહારનાં રૂપો જુદાં છે. જેમ પાણીમાંથી વાદળાં, વરસાદ, બરફ વિગેરે થાય છે, તેમ જુદા જુદા દરદોમાં પણ બને છે.

આ રીતે જોતા, ચીતળા, કોમેરા, વિગેરે જેવા રોગો ઉપર તબીબી ઉપાયો અજમાવવામાં આવે છે તે બેશક ખેલ્કારક ગણાશે. આપણે જોઈએ છીએ કે ઘર ખાલી કરવામાં આવે છે, તેને કાર્બોલીક એસીડથી સાફ (Disinfect) કરવામાં આવે છે, વળી ‘વાહાણો’ અથવા ઉતાડોને કવોરેન્ટાઇનમાં નાંખવામાં આવે છે. વહાણો ઉપર જ્યારે એવાં દોં કાટી નીકળે છે ત્યારે તે વહાણોને અકવાડીયાંઓ સુધી અંદરમાં કે તેના ઉતાડોને અકવાડીયાંઓ સુધી શહેરમાં દાખલ થવા દેતા નથી. એથી મારા જેવા તબીબના મનમાં જુદાજ વિચારો ઉભા થાય છે. મેં કેટલાક એવા કેસ જોયા છે કે જેમાં મરીબાઈને લીધે એક ભાઈ અથવા પ્રુફેનને દીકરીરીયા થયો હોય અગર કંઠમાળ, થઈ હોય છતાં બન્ને સાથે સ્વે છે, ઉડે છે, ખેસે છે, ખાય છે, વિગેરે કરે છે, તેમ છતાં એકનો રોગ બીજને ઉડીને લાગતો નથી, તે કારણુ ફક્ત એજ છે કે તેઓના અંગમાં બહારનો પદાર્થ સુદસે હોતો નથી. બીજા હાથ પૈસાવાળાના ઘરમાં એવા દર્દીઓને છૂટા રાખવામાં આવે છે, તોપણ રોગ ફેલાય છે. આ કેસોમાં મેં માબાપને હમેશાં ચેતાવ્યા છે કે તપાસો, બીજાઓને પણ રોગ ઉડશે. કારણુ મહેરો તપાસવાની વિધાથી હું એમ કહી શકું છું. હવે આપણે જોઈશું કે હવા દરદો મા કેટલી નફામી થઈ પડે છે. કેટલીક વખતે જંગલમાં એક અથવા વધારે મુલેસાં ઝાડ હો છે છતાં આસપાસ નવાં જીવતાં નાનાં ઝાડો ઉગે છે કેમ? કારણુકે ખવાતાં જતાં ઝાડો કોહોલ પદાર્થ વધી ગયો છે, ત્યારે નવામાં તો નવું જીવન હજી ધગધગે છે, અને તેજ તેના ઉપર બહારની અસરો કશું કરી શકતી નથી. હાલની આપણી તબીબી વિદ્યા ખોટ છે. ફક્ત કુદરતજ આપણી રક્ષક છે. શુદ્ધ કરેને સર્વેને સારી શુદ્ધિ મળે કે નેથી આપણે સર્વે કુદરતી રસ્તા તરફ વળીએ !

સાંધવા, સાંધાની કળતર, રાંઝણુ, શરીરના ભાગો
નાના મોટા થવા, લંગડાપણું, હાથ પગ ઠંડા પડવા,
માથાની ગરમી, વગેરેનાં કારણો અને ઉપાયો.

Rheumatism Sciatica and Gout, Distortions, Crippling,
Cold Hands, Feet, Hot Head.



બાળુઓ અને ગૃહસ્થો, મંધિવા એટલો બધો ફેલાઈ ગયેલો છે કે તેનું કારણ જાણવાને તમે સર્વે ઇન્તેજન દરો. પહેલાં ઘણું કરીને બુદ્ધિએને સંધિવા યતો અને તેમાં વળી હમણાં તો પુરૂષોને સ્ત્રીઓને, નાના કે મોટાં બધાને મંધિવા થાય છે. આ રોગ દિન પ્રતિદિન વધતો ગયો છે. આ રોગ કોઈ પણ વખતે હુમલો કરે છે અને તે વખતે સાંધાઓ ધણા દુઃખે છે, એનું કારણ આપણે શોધી કાઢવાની દરકાર કરતા નથી. બહુ તો કહીશું, જરા શરદી થઈ છે અને એમ કહીને ઝડપે બદનામ કરીશું, પણ તેમ નથી. ધારોકે એક સીપાઈની ટુકડીને ઠંડીવાળા મુલકમાં ઠંડીના વખતમાં મોકલવામાં આવે, બધાની ઉમર એકજ છે. અને બધાની તંદુરસ્તી પણ સારી છે. શું બધાને ઠંડીના મરજ લાગશે ? નહીં. કોઈને ખાંસી થશે તો કોઈને દાંત દુખશે તો વળી કોઈને સંધિવા થશે. એનું કારણ હવાનું હોય કેમકે તેઓ ખુલ્લી ઠંડી હવામાં પડી રહે, છે તેથી તેમ થાય છે. વળી આપણી સોદી મોટામાં મોટી જુલ એ છે કે, એકજ ઝડપે જ એક માણસને બીમાર બનાવે છે તો બીજાને સાજો બનાવે છે, એમ માનવામાં આવે છે, પણ ઝડપનુંજ કારણ કંઈ પહેલું અને છેલ્લું નથી. સેકાઓ થયા આપણે દરેકનાં કારણો જાણતા નથી અને તેથી તેઓ જલદી ફેલાયા કરે છે.

મંધિવા ઘણું કરીને શરીરની એક બાજુ પકડે છે, કદાચ એક હાથ, એક પગ અગર એક ખભો. એ શું બતાવે છે ? તે એમ બતાવે છે કે મંધિવાનું કારણ હવાની શરદી નથી. જો તેમ હોત તો બન્ને ભાગોને પકડત. કેટલીક વખત આપણે જમણા હાથ બારીએ બહાર રાખી મૂકીએ તોપણ સંધિવા તો ડાબા હાથમાં થાય છે. ભારે એનું કારણ વધારે બારી-કીચી તપાસીએ.

પહેલાં તો મંધિવાથી પીડાતો દરદી તાવથી પણ પીડાય છે અને જે ભાગને મંધિવા થયો હોય તે કુલી જાય છે. માટે મંધિવાની પહેલી નિશાની ત્રણ હોય છે. ૧. તાવ, ૨. ભાગનું ઉપસવું અને ૩. પાચન શક્તિ નબળી થવી. મંધિવા દરેકમાં અમુક ભાગ ઉપરજ થાય છે. અને ન્યારે સાધા ઉપર થાય છે ભારે ઉપર નથી યતો પણ તેનાથી સ્કેન નીચે થાય છે, એમ મારા હાથમાં આવી ગયેલા ધણા દરદીઓ ઉપરથી હું કહી શકું છું. આનું કાંઈ ચોક્કસ કારણ હોવું જોઈએ.

અગાઉ હું કહી ગયો છું તેમ શરીરમાં ક્યારનો બ્યારે ફેલાવો થાય છે ભારે કાઈ દરેક વખતે તાવ આપીને તે બહાર નીકળી જતો નથી અને શરીરમાં ક્યારે રહ્યા કરે છે ભારે શરીર ઉપર તે કોહેલો પદાર્થ અસર કરે છે. એવે વખતે બ્યારે ગરમી (ટમ્પરેચર) ઉતરી પડે ભારે ફેલાયેલો પદાર્થ પોતાના અસલ સ્થાનમાં કે જેમાંથી તે ફેલાયેલો હોય છે ત્યાં જાય છે, કારણકે ગરમીથી પદાર્થો ફેલાય છે અને શરદીથી અંધાઈ જાય છે. આથી

ઠંડી ઋતુમાં શરીરના ભાગો સંકોચાય છે અને એટલા પ્રમાણમાં તેની અંદરના ભાગો ઉપર પણ દબાણ કરે છે અને તેથી પેટમાં ક્યારે એકઠો થવા માટે છે કે ન્યાંથી તેની ચરૂઆત થાય છે. ન્યાં સાંધા હોય ત્યાં ક્યારે એકઠો થવાનો સંભવ ઘણો છે, કારણ કે સાંધાની હિલચાલને લીધે તે આગળ વધતો અટકે છે. ક્યારે એકઠો થતાં શરીરનો તે ભાગ મુકે છે અને તેથી દરદ થાય છે અને ચરૂની લીધે પદાર્થ પાછો દોડે છે અને તેથી તે સાંધાની નીચે એકઠો થવા પાડે છે. જો આપણે ઉપદ્રા સીપાઈઓનો દાખલો લઈશું તો આપણને જણાશે કે રોગનું મૂલ કારણ શરીરનું છે અને ઋતુ જે કાંઈ કરે છે તે એજ કે દરદની સ્થિતિને જોશ આપે છે. ન્યાં ક્યારે જમા થયો હોય ત્યાં રોગનાં ચિહ્નો જણાઈ આવે છે અને તેવાજ ભાગો ઉપર ઋતુની અસર માલુમ પડી આવે છે.

મારી સાયન્સ પ્રમાણે સંધિવા કેમ થાય છે તે સમજવું રહેલું છે. આ દરદ સાફ કરવા માટે હું જરૂરના પદાર્થો પ્રવાહી બનાવી દઉં છું, તેને માટે રસ્તા ખોલી નાખું છું અને તે માટે “સ્ટીમ-બાથ” આપું છું. બધો ખરાબ પદાર્થ ન્યાંથી તે નીકળ્યા જાય ત્યાં લાવવાનો હું પ્રયત્ન કરું છું. સંધિવાનું કારણ ક્યારે શરીરના અંદરના ભાગની વચ્ચે આવવાને લગતું છે. ગરદનમાં ખભામાં કે ન્યાં સાંધા હોય છે તે ભાગોમાં ક્યારે અથડાવાથી દરદ ઉત્પન્ન થાય છે અને ન્યારે તે ઉઠે છે ત્યારે તે સ્થિતિ દશા પણ અટકાવ વગર માર્ગ લેતી નથી. દરેક ઠેકાણે ક્રીકશન (ઘસારો) ચાલુ રહે છે કારણ કે ગરમીવાળા પદાર્થને ચુરદા, હોઝરી, ચતઃકરણ વિગેરે સાથે અથડામણ થાય છે અને જે ભાગોમાં અથડામણને લીધે ક્યારે એકઠો થયો ત્યાં રોગ બંધાય છે.

દરેક પ્રકારનું દરદ જો તે સંધિવા હોય કે ખીલું હોય તેનું કારણ એ વસ્તુનાં ધર્મ-શુનું છે અને ધર્મશુ તે વસ્તુઓની ગતિને લીધે થાય છે. જો એ ભાગોમાં ઘણી હિલચાલ થાય તો તેથી દરદ વધે પડે છે, પણ એ દેખીતું છે કે ન્યારે બહારનો પદાર્થ અંદરના ભાગોના સંબંધમાં આવે છે અને ત્યાં એકઠો થાય છે ત્યારે તે ભાગોમાં દરદાર થાય છે અને તેમાં રોગ બાકે છે.

એક કેસમાં એ સ્ત્રીને સંધિવા લાગ્યું પડ્યું. તે બાળનો જન્મણો પગ, સાંધા અને પીઠથી તે ઠેક ગરદન સુધી બધો ભાગ ઝલાઈ ગયો. બહુ એ ઉપાય કર્યા પણ કશું વળ્યું નહીં, ત્યારે તેનો પતિ તે બાળને મારી પાસે લાવ્યો. મેં કહ્યું કે તમને જે દરદ છે તે અંદરના તાપના જોને લીધે છે માટે ન્યાં સંધિવા થયો છે ત્યાં ગરમી લગાડવાને બદલે રોગને જડમૂળથી ખેડી નાખવા સારું આ બારે ગરમીને એણી કરી નોંધજો. તેણીના ખીજાના પાસે બાંટ્ય લાવવામાં આવ્યું. ત્રણ માણસોએ તે બાળને ઉંચકીને બેસાડી અને તેમ કરતી વખતે દર પળે તે બાળ મોટી જુઓ પાડતી હતી. પછી મેં તે બાળને “ક્રીકશન-બાથ” આપ્યો. પહેલી નવ મીનીટમાં તો તે બાળ જુઓ પાડતી બંધ થઈ ગઈ અને ખોલી ઉઠી કે મને જે દરદ થતું હતું તે એણું થતું જણાય છે. એ ઉપરથી જણાશે કે મારી સારવાર ખરાબ હતી. આ પ્રમાણે થોડા દિવસ કરવામાં આવ્યું કે તે બાળ કોઈની પણ મદદ વગર ઉઠવા બેઠા લાગી અને ખીજાં થોડાંક અડવાડીયાં પગે પોતાના કામકાજ ઉપર ગઈ.

એક બાળ દાખલો. એક પ્રખ્યાત હિમરના માણસને સાધામાં સંધિવા થયો જેથી તેણે મને બોલાવ્યો. મેં તેનો ચક્રેશ જોઈને કહ્યું કે રોગ મટી જાય એવી મદદ કરવા તૈયાર છું.

ઉપર જણાવ્યા મુજબ મેં તેની સારવાર શરૂ કરી. જે બાથ આપ્યા, પછી તે માથુસ પડે ચાલવા લાગ્યો. તેના ડાબા પગને સંધિવા થયો હતો ને જમણા પગને પણ કેમ સંધિવા થયો નહીં તે હું દાખલા વડે સમજાવીશ.

બાટલીમાં જે ક્રિયા બને છે તેમ આપણા શરીરમાં પણ બને છે એમ મેં મારાં આગલાં બોંધણમાં જણાવ્યું છે. જ્યારે બહારનો કચરો એક બાજુએ એકઠો થાય છે ત્યારે તેજ બાજુએ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. હવે તમે પૂછશો કે જે કચરો એકજ બાજુએ કેમ જમા થવા પામે છે? શું લોહી ફરતું નથી? ખરેખર જોતાં પદાર્થ એક બાજુનોજ નથી, પણ શરૂઆત એક તરફ થાય છે અને જ્યાં સુધી તેમાં હા બહારનો વધારો થતો નથી ત્યાં સુધી તે ત્યાંજ પડી રહે છે. તેમ થવા પછી તે બીજી દિશાએ વધે છે. એક બાજુએ જમા થવાનું કારણ ફક્ત શરીરની રચનાને લગતું છે અને ગુરુત્વાર્ષણ (Gravitation)ના કાયદાને લીધે છે. ધારો કે આપણે જે બાટલી લઈને તેમાં નાંખ્યું પાણી ભરીએ. રાત રહેવા દઈ સહવારમાં જોઈશું તો બાટલીને ગમે તેમ ઝૂકી રાખીએ તો માલૂમ નહીં પડશે કે કેમ ઝૂકી હતી, પણ જે તેમાં થોડા ઘણા કચરો નાખીને હા જોઈશું તો બીજે દિવસે આપણને નક્કી ફેર આવૂંમ પડશે. જે બાજુએ કચરો જમા થા હશે તેજ બાજુ બાટલી પડી હશે એમ માનવાને આપણને કારણ રહે છે. ત્રીજે દિવસે આપણે કાદવ ઉકળે એવો પદાર્થ તેમાં નાખીએ તો ખહેલાં તો બીજી સહવારે દેખાવ તેના તેજ લાગશે પણ જે બાટલીએતે ગરમ જગ્યાએ લઈ જઈને ખોલીશું તો અંદર ઉકળા: (ઉભરો) દેખાશે. જે બાજુએ બાટલી પડી હોય તે બાજુએથી ઉકળતો પદાર્થ ઉડે છે અને બહાર જવા કાશિય કરે છે.

હવે જો ઉકળે એવો પદાર્થ કાદવમાં નહીં પણ નાખ્યો હોત તો પણ કાદવ ધીમે ધીમે ગરમી પકડત. ફક્ત તે વખતે હવાની ગરમીથી તેમ થાત અં તેથી લાંબો વખત ચાલવું પડત. એજ રીતે માથુસના શરીરમાં પણ થાય છે. જેવો પદાર્થ ગરમ થયો કે તેને માટે વધુ જગ્યા જોઈએ છે અને તેથી બાટલી જેમ ઉપસે છે તેમ શરીર પણ ફુલાય છે. કચરો તો નીચેના ભાગમાં જમા થાય છે અને તે ભાગ કયો? ૨ ભાગ તેજ કે જે બાજુએ આપણે સુઈએ તે એટલે કે જે બાજુએ આપણને વધુવાર જાગું વાગવાની ટેવ હોય તે બાજુ કચરો જમા થાય છે.

એક માથુસ સામે તાજે હોય તેને અમુક બાજુએજ સુવાની ટેવ હોતી નથી. તે તો કોઈ પણ પડખું વાળીને સુવે તે બરાબર છે, પણ વખતે શરીરમાં કારો વધી જાય ત્યારે મારી રીત મુજબ એક અગર બીજી બાજુએ રોગ કેમ થાય છે તે સહેલાઈથી સમજી શકાય છે. જ્યારે પદાર્થ હદ બહાર વધી જાય છે ત્યારે તેની વહેંચણી ચોંટાંર થાય છે અને સ્થિતિ બહુ બિનતન્દુરસ્ત થઈ પડે છે અને દરદી કોઈ પણ બાજુએ પડખું વાળીને સુઈ શકતો નથી. જ્યાં એક બાજુએ કચરો ઘણો એકઠો થાય છે ત્યાં દરદી સહેલાઈથી ઉભરાઈ આવશે. અને તે પછી રોગી ભાગને શરદીથી ગમે એટલો બચાવી રાખે પણ કંઈ વળશે નહિ. જેમ બાટલીમાં એક બાજુએ કચરો ઉતાવળથી એકઠો થાય છે તેમ મથુસના શરીરમાં એટલી ઉતાવળથી એકઠો થતો નથી, પણ બાજુએ જોવો પદાર્થ એક બાજુએ બાજી જાય છે, કેમકે ગર્ભમાં બાળક ઉતરતી વખતે તેની માના એક અમુક બાજુએ પડખું વાળી

ને મુવે છે અથવા તો ગર્ભસ્થાનમાં બાળક અમુક જગ્યાએ પડી રહેતું હોતું જોઈએ અને એ બધા કારણોથી પદાર્થ એક બાજુએ બાકી જાય છે. આ પ્રમાણે તમે જોશો કે ઉપર સીપાઇઓનો જે દાખલો આપ્યો તેમાંના કેટલાક સિપાઇઓને ઘંતવું તો કેટલાકને હાથવું તો કેટલાકને પગ વિગેરેનું દરદ થશે. આ પ્રમાણે મારા ઉપલા દર્દીના ક્રૂત એકજ પગ સંધિવાથી રહી ગયો તેવું કારણ એ કે તે ત્રણ વર્ષ સુધી એકજ બાજુએ સુતો હતો.

બીજી વખતે મને મેડીબર્ગ નામના શહેરમાંથી તેડું આવ્યું. ત્યાં સંધિવાનો એક અજબ કેસ હતો. તેના ઘુટણ અને હુંટી બન્ને બહુજ કુલી ગયાં હતાં. ઘુટણની નીચેના સાંધા બહુ કળતા હતા અને તેથી દરદી પોતાનો પગ લાંબો કરી શકતો નહોતો. તે બાપડો રડી રડીને પોતાના દુઃખની હકીકત મને કહેવા લાગ્યો. એનામાં એવું હતું કે બહારનો નવો કચરો ઘુટણ તરફ ધસ્યો હતો અને જુનો કચરો પોતાની અસલ જગ્યાએ આવવા ફરીને મથતો હતો. અહીંયાં જમા થઈ થઈને સઘળા કચરાનો ઢગલો થઈ જત તો તેથી ફરીને તે દર્દી ગાઉટ (સંધિવા) થઈ જત. તેનું કારણ એ હતું કે તે જગ્યા ઉપર ફક્ત ગરમી અને ગરમીજ લાગુ પાડવામાં આવતી હતી. એથી જો કે સ્થિતિમાં ફેર પડ્યો પણ તે દરદ સાફ થયું નહીં. તે ફરીને ઉભરાઈ આવ્યું. કચરો એકઠો થઈને જમવા લાગ્યો અને જ્યારે ફરીથી ગરમી લાગી કે ફરીથી ફરવા લાગે એમ થાય.

મેં પહેલાં તો “સ્ટીમ-બાથ” વડે રોગી બાગોને નરમ પાડ્યા અને ઠંડા પાણીના બાથથી કચરાને બહાર કઢવા માંડ્યો. એથી મન માનવું પરિણામ આવી શક્યું.

એક ઝીને સંધિવા થયો હતો અને તે બિચારીના હાથ પગ સઘળા રહી ગયા હતા. સઘળા ઉપાયો નિષ્ફળ નિવડ્યા ત્યારે મને બોલાવ્યો. મને માલમ પડ્યું કે તેની પાચન-ક્રિયા નબળી પડી ગઈ છે અને તેથી જો હોજરી અને ચામડીને ખોલી નાખી હોય તો બધું બરાબર થાય. પ્રથમ તો રોગીનો “ફ્રિક્શન બાથ” આપ્યો અને ખોરાક બહુજ હલકો આપ્યો. એથી વધારાનો થતો કચરો અટક્યો. થોડાંક અઠવાડીયાં પછી સાધાઓમાં ગરમી આવવા લાગી. ઠંડા પાણીના બાથથી તે બાઈના શરીરમાં ગરમી દાખલ થવા લાગી. ઠંડા પાણીના બાથનું કારણ એજ છે કે શરીરમાં ગરમી આવે. ધીમે ધીમે આખા શરીરમાં ગરમી દાખલ થઈ અને તે બાઈ સારી થઈ ગઈ.

ગાઉટ-સંધિવા-નો બીજો કેસ—એક વૃદ્ધ ઝીને સંધિવા લાગુ પડ્યો હતો. તે બાઈએ મને કહ્યું કે ત્રણ ત્રણ વર્ષથી હું ખીડાઈ છું માટે હવે મને દરદમાંથી મુક્ત કરો. મેં કહ્યું કે જો ચુરદા, હોજરી અને ચામડીના પડદા ખોલવામાં આવે તો બધું સાફ થઈ જાય એમ છે. તે બાઈ કહેવા લાગી કે ઘણા વખતથી મને પરસેવો વળતો નથી અને ઝાડો તો ચાર, પાંચ કે છ દિવસે થાય છે. ઘણીક વખતે માથુનો એમ ધારે છે કે તેમની હોજરી ઘણો ખોરાક પચાવી શકે છે, પણ તેમને દબજ્યાત લાગુ પડેલી હોય છે તે તેઓ સમજતા નથી. એમાં તો એમ સમજવું કે પાચનક્રિયા નબળી છે. સંધિવા એ અજીર્ણનું એક રૂપ છે.

પહેલાં તો ‘મે’ તે બાઈને બાથ આપવાનું શરૂ કર્યું. દિવસમાં ત્રણ બાથ આપીને તેને બીજાનામાં સુવાડી મૂકતો હતો. આમ કરવાથી શરીરમાં પરસેવો વળવા લાગ્યો અને એટલે બધો વળવા લાગ્યો કે એક રાતમાં તે બાઈને બે વખત દપડાં બદલવા પડ્યા હતાં. બાદ થોડાં અઠવાડીયાં પછી તે બાઈ પોતાના ઝોરડામાં હરવા ફરવા લાગી. આ બાઈને પાચન-

ક્રિયા નખળી પડવાથી સંધિવા થયો હતો. સંધિવા પછી તે બાઈને સાંધાનો નળલો થયો હતો કેમકે સંધિવા થયા પછી પણ તે બાઈએ પાચનશક્તિ તરફ ધ્યાન કરી પણ દરકાર રાખી નહોતી.

રાંઝણ—આ રોગ પણ પાછવાડેના બાગો કુલી જાય તેને લીધે થાય છે અને તેનું કારણ સંધિવાને લગતું છે અને તેનો ઉપાય પણ સંધિવાના ઉપાય જેવો જ છે. એક દરદી મને નીચે પ્રમાણે લખી જણાવે છે:—

૧૮૮૫ માં મને ડાબી બાજુએ રાંઝણ થઈ હતી, પછી પાછાંતો જમણી બાજુનો થયો પડ્યો. તે બાગ એટલો બધો સખત થઈ ગયો હતો કે નહીં હલાય કે નહીં ચલાય. તબીબોએ મને કહ્યું કે જ્યાં છે ત્યાં તમને રાંઝણનું દરદ થયું છે. તેમણે પોતાના ધંધાને અજમાવ્યા પણ પરિણામે કંઈ લાભ થયો નહીં. આખનાં પોપચાં ઘુળે, મોઢામાં જોરથી પવન ભરાઈ આવે, માથું ધુમી આવે અને હાથપગમાં કળતર થાય. મારા વાળ પણ સફેદ થવા લાગ્યા. નહીં નહીં તો જુદા જુદા બાર તબીબોની પાસે હું ધલાજ માટે ગયો અને મારો કેસ જોઈ તેઓ એટલા તો તાણુજ થતા કે જ્યાં ત્યાં તેઓ મારો દાખલો ટાંકી બતાવતા હતા. યુનિવર્સિટી હોસ્પિટલમાં અને યુનિવર્સિટી ક્લિનીકમાં હું ઘણો વખત રહ્યો પણ કંઈ વળ્યું નહીં. અંતે એક જણાએ મને તમારી (ડૉ. કુન્હેની) ભલામણ કરી. તમારો ધલાજ મેં અજમાવવા માંડ્યો. બાય શરૂ કર્યા. પહેલાંજ બાયે ઘણુંક પાણી શરીરમાંથી જવા માંડ્યું. પેટ નાનું જણાવા લાગ્યું અને માથું હલકું પડવા લાગ્યું. ત્યાર પછી પહેવવહેલોજ લાકડીના ટેકા વગર ચાલવા લાગ્યો. આ દરદ મેં ઘણા વર્ષો સુધી ભોગવ્યું. ત્રણ અઠવાડિયાં સુધી ઉપલે ઉપાય મેં આણુ રાખ્યો અને સાંજે થયા પછી હું યુનિવર્સિટી ક્લિનીકમાં જઈ આવ્યો, કે જેથી ત્યાંના લોકોની મારા સાબ થયાની સંપૂર્ણ ખાતરી થાય. યોડાજ વખત ઉપર જાતે આવીને મેં તમોને જણાવ્યું કે તમારા ઉપાયથી હું તદ્દન સારો થયો છું. હવે તો હું દરેક હાથમાં ૧૦૦ રતલ જેટલો બોળો ઉંચકીને રાખી શકું છું. ૧૮૮૫ અને ૧૮૮૬ વચ્ચે મારી તબીબીયત લયડી ગઈ હતી પણ ૧૮૮૬ ના જાન્યુઆરી અને ફેબ્રુઆરી માસની વચ્ચેના એક મહીનાની મુદત દરમિયાન તમારા ઉપાયથી હું તદ્દન સાંજે થઈ ચૂક્યો છું.

મુ. લીપગ્રીક.

લી. સેવક,

હેન્રીક કે.

હવે આપણે જોઈશું કે હાથ પગ ઠંડા થઈ જાય છે અને માથું ગરમ થાય છે તે કેમ ? ખરું જોતાં તો એથી ઉલટું જ થયું જોઈએ. મેં અગાઉ જણાવ્યું છે કે તાવ વગર કોઈ દરદ થતું નથી અને કોઈ દરદ વગર તાવ આવતો નથી અને તેજ પ્રમાણે ઉપરનું કારણ પણ શરીરમાં તાવ હોવાને લગતું જ હોયું જોઈએ. માથાને માટે તો સૌ કમુલ થશે, પણ હાથ પગ ઠંડા હોય તો તેમાંથી તેજ નિસાનીઓ છે કે કેમ એ એકં સવાલ છે. દરેક રોગનું મૂળ પેલો વધારાનો કારણ છે. તાવથી શરીર ગરમ થાય છે. ગરમીથી ક્યારે પેટમાંથી જુદા જુદા ગામો જાય છે. એમાં કંટલાક ક્યારે હાથ, પગ અને બીજા અવયવોમાં જાય છે. એ પદાર્થ હાથ પગમાં ભરાય છે તો ત્યાં તેને સાચું થનારું કંઈ પણ અંગ નથી. એ દરમિયાન ક્યારે પહેલાં પગનાં આંગળામાં એકઠો થાય છે.

ત્યાથી પગમા ફેલાય છે, પગી ઉંચે ચડે છે અને અંગમા જે ગરમી હોય છે તેને તોડે છે. નેલાક મનાવેમા એવુ બને છે કે આગળ ટેરવાજ ક્રમ ઠંડા પડી જાય છે કટલાકને એકજ પગ રહી જાય છે પછી તેઓ ધીમે ધીમે શરદી ઉઠી ચડવાની ફરીયાદ કરે છે. ગરમ લુગડા પહેરે કે તગ મોજ પહેરે તે સર્વે શરદી ઉપર નમણુ થઇ પડે છે એ એમ ખતાવે છે કે ગરમ લુગડાથી શરીર કદિપણુ ગરમ રહેતું નથી, પણ ગરમ શરીરથી લુગડા ગરમ થાય છે તેથી જો કદાચ ગરમ લુગડાથી એમદ બાગ ગરમ રહેતો લાગે તો તે લુગડાને લીધે નથી પણ શરીરમા જે થોડી ઘણી ગરમી હોય છે તેને લીધે થાય છે માટે ગરમ લુગડા એ કાંઈ રક્ષણ આપનારી ચીજ નથી. જ્યાં ચામડી અને હોઝરી મેલ કાઢતી અટકે ત્યાં ગરમમા ગરમ લુગડા પણ મિન ઉપયોગી થઇ પડે છે.

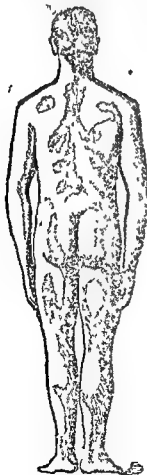
માથાની વાન તદા જુદીજ છે બહારનો પદાર્થ હાથ પગમા અટકે છે તેના ક્રમતા એજી તેવો અટકાય વધારે કરે છે કેમકે તેમા સોદી વર્ણુ હોય છે તેથી ત્યાં ધર્મણુ વધારે પડે છે અને ગરમી પણ વધારે મહે છે જેથી હાથ પગ ઠંડા થાય છે તેથી માથુ ગરમ થાય છે, પણ એ ગરમી પણ આપરે પૂરી થાય છે કેટલાક દીઓને મે જોયા છે કે જેમના માથા ઘણા ઠંડા થઇ ગયા હતા બહારનો પદાર્થ ઘણા મોખા પ્રમાણમા માથા તરફ જાય છે ત્યાર માથુ અટકાન કરી કરીને તે 'ટેનો મરે ? આપરે માથુ પણ ઠંડુ થઇ જાય છે માટે હાથ પગ કળતા હોય પણ માથુ ગરમ હોય તો બાકથી ગરમી આગળ વધતી હોય તેને એટલે પેટને પહેલા કાઢુમા લેવુ મનસુખ કે પાચનશક્તિ મગમર રાખવી એટલે હાથ, પગ અને માથુ પોનાની મેગે રસ્તા ઉપર આવી જશે અનુભવથી મે જોયું છે કે જે માથાને શરદી લાગુ પડી હોય તે એકદમ ગરમ થઇ જઇને વળી પાછી સાધારણ ઠંડક પાડી લેગે જેમના હાથપગ ઠંડા રહે તેઓ ઉપર સધિવા વારવાર હુમ્મના કર્યા વગર રહે નહીં.

હવે Distortions એટલે શરીરના લાગે બહાર નીળી જતા તેની વાત લઇએ — આપણે જોઇ ગયા છીએ કે બધા દરોલુ કારણુ એમજ છે કેટલાકને ગાઉટ કે સધિવાથી ખભા ફરી જાય છે, બરેડ વાળી વળી જાય છે, શરીરના આમરો કદરૂપા મની જાય છે એ બધાનુ મૂળ જોઇએ તો એકજ છે અને તે એકે બહારનો કચરો અમુક બાગ ઉપર એકઠો થઇ જવો તે ગાઉટ, સધિવા અને શરીરના બાજો બહાર નીકળવા એ સામકુળ બને છે જવામ એમજ છે કે બધા મચરો એકજ જગ્યાએ એમ્કો થવાથી તેમ બને છે, ડીરેટરન શન એક જાતનો ગાઉટજ છે બહારના કચરાથી શરીર ખુધ વિગેરે નીકળી આવે તે માંડ આગળે કાલમા બનતુ નથી એને માટે તો વર્ષો જોઇએ કેટલીપ્રવાર ખુધ થયા પછી પણ સીસ્ટમ પાધરી હોય તો તે નરમ પડી જાય છે અને ફરીને પાઠગથી તે દરદ ઈથરો મારે છે અને તે વખતે બાગો ઉપરનો એકાગ આકાર પૂરેપૂરો ખીલી નીખેતો હોય છે એ રીતે તે કચરો જે એક કેસમા તાવ, બીજમા ટાઇફોઇડ, ત્રીજમા ડીફ્થેરિયા વિગેરે ઉત્પન્ન કરે છે તેજ પદાર્થ વળી ચોથામા ખુધ જેની બદસુરતી પેદા મરે છે કચરો હમેશા જ્યાં તેને કાથી વધારે મ્હેલી રીતે એમ્કો થવાની જગ્યા મળે ત્યાં જઈને બગાય છે અને જ્યાં ચાતુ હિલચાન હોય ત્યાંથી તે દૂર રહે છે જ્યાં અગત્યનો અવયવ ના હોય ત્યાં મચરો એમ્કો થાય તો તેથી દરદ ઝાંઝુ કુખ દેવું નહીં ગરીબની બદર જે મગાડો થાય છે તેનો આકાર બહારના રૂપ રંગ ઉપરથી જણાય છે ઘણીક વખતે એમની એક રીતે એસવાથી સુંઘી,

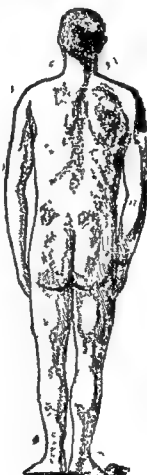
તંગીને લીધે માસ નીચે વધુ લગડી પડે છે અને તે માસ એકજ બાજુએ લગડી પડે છે તેનું કારણ એકે તેજ જગ્યાએ તે પદાર્થ વધારે એકઠો થાય છે.

હવે મારા "સાયન્સ" પ્રમાણે એવી ખામીઓનો ઇલાજ સરખાતમાજ સ્હેલાઈથી થઈ શકે એમ છે. એટલે કે એ બહારના પદાર્થને કેવી રીતે શરીરમાંથી દૂર કરવો તે ઉપાય મારી રૂઢી પ્રમાણે સ્હેલાઈથી થઈ શકે છે. શરીરમાં એ બહારનો પદાર્થ હામી બાજુમાં એકઠો થવા લાગે છે તો થોડાજ વર્ષો અગાઉ તેની ગરદનમાં ખામી માલુમ પડે છે, જે ઉપરથી તુરતજ માલુમ પડી આવે છે કે એ ખામી ક્યાં તે બહારના પદાર્થને લીધેજ થવા પામી છે કે જેનો અટકાવ ઘણી સ્હેલાઈથી કરી શકાય છે. એ બહારના પદાર્થને લીધે કીધીગયા જેવા મંબીર દરદો થાય છે તેનો અટકાવ સરખાતથીજ થઈ શકે એમ છે.

બાલુઓ અને ગૂઢસ્થો, બહારના પદાર્થને લીધે શરીરમાં ખામીઓ કેવી રીતે થવા પામે છે તે મેં તમોને ખુલી રીતે બતાવી આપ્યું છે. હવે હું વધારે ખુલી રીતે તમોને બીજી આકૃતિથી સમજણ પાડીશ કે એ બહારનો પદાર્થ વધારે પ્રમાણમાં એકઠો થવા પામે છે તો કેવી કેવી ખામીઓ શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય છે.



આકૃતિ નં. ૬



આકૃતિ નં. ૭

આકૃતિ ૭ માં તમો જોઈ શકશો કે તે માથાસના પછવાડેના બન્ને ભાગો જોઈએ તે કરતા વધુ નીચે લગડી પડેલા છે. તમોને, પહેલી નજરે જોતા એમ લાગશે કે તેટલાજ ભાગમાં રહેજ ખામી થઈ છે પણ તમો જો આકૃતિ ૬ ની સાથે સરખામણી કરશો તો તુરત માલુમ પડી આવશે કે ગરદનથી તે પછવાડેના બન્ને ભાગો સુધી તે શરીરની લંબાઈ વધુ થવા પામી છે, એજ કારણને લીધે તે માથાસના પગો અને ગરદન જોઈએ તે કરતા વધુ પ્રમાણમાં ઢુંકા લાગે છે. અહીં બન્ને ભાગો લગડી પડવાનું કારણ એટલુંજ છે કે બહારનો પદાર્થ એક સરખી રીતેજ બન્ને ભાગોમાં જોઈએ તે કરતા વધુ પ્રમાણમાં એકઠો થયેલો હોવો જોઈએ. વળી માથામાં જે ખામી થવા પામે છે તે પણ એજ કારણને લીધે છે કેમકે તે બહારનો પદાર્થ ગરદન વાટે માથામાં દાખલ

થઈ ચોક્કસ ભાગને ઉપસાવે છે. ઉપર જણાવેલ દાખલાનો તમે ધ્યાનમાં લેશો તો માથામાં થયેલા આ ફેરફાર વિષે વધારે સહેલાઈથી તમને સમજાણ પડી જશે.

વળા કોઈ દાખલામાં આકૃતિ ૭ થી ઉલટીજ રીતે જોશો, એટલે કે ગરદનથી પછા વાડેનો ભાગ જોઈએ તે દરતા વધુ ટુંડો જોશો અને જો વધારે લાંબા જોશો. તેનું કારણ પણ એજ ઉપર કહ્યું તેજ છે, પણ તેમા તદ્દાવત એટલે કે બદારનો પદાર્થ જોમાં વધુ એકઠો થવા ખામવાને લીધે ગરદનથી પછાવડેના ભાગો સુધીનો ભાગ ટુંકો લાગે છે. તમે ભાગ્યેજ આની શકશો, પણ હું કહું છું કે એ ખામીઓનો ઇલાજ મારી રૂઢી પ્રમાણે થઈ શકે છે, જો કે મારી રૂઢી પ્રમાણે, ચોક્કસ વર્ષો સુધી તે ખામીઓ સુધારવાને માટે હકામ કરવા પડે છે. વળા જો ખામીઓ ઘણા વર્ષોની ચર્ષ હોય છે તો તેઓને તદ્દનજ સુધારવી અશક્ય થઈ પડે છે.

આકૃતિ ૮ માં જે રીતે છાતી અને બરડાનો ભાગ દેખાય છે એવું આપણે હાલમા ઘણાક માણસોમા જોઈએ છીએ. સરીરમા એકઠા થયેલા બદારનો પદાર્થને લીધે બરડાનો ભાગ નીકળી આવે છે, બ્યારે છાતીનો ભાગ અંદર પેસી જાય છે, આપણને એવું લાગે છે કે જે માસ છાતી ઉપર જોઈએ તે બરાડા ઉપર દેખાય છે. બરાડા ઉપરથી તે બદારના પદાર્થનો ભાગ એછો થવા પામે તેજ છાતી સરખી થવા પામે છે. આવા દાખલાઓમા આપણે જોઈશું કે પેટ ઘણું કંઠકુ છે અથવા તો ઘણું મોડું રહે છે. કોઈ દાખલાઓમા તો એવું બને છે કે જન્મવા અગાઉજ સરીરમા એની ખામીઓ એકઠી થવા પામે છે, જેને લીધે બચ્ચુ જ્યારે માર કે પાંચ વર્ષનું થવા પામે છે ત્યારે તેની છાતી અંદર ગયેલી અને બરડાનો ભાગ વધુ પ્રમાણમા બદાર નીકળી આવેલો આપણે જોઈએ છીએ.

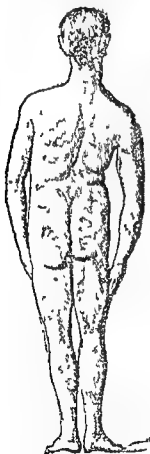


આકૃતિ નં. ૮

આવે વખતે આટલી ઉમરમાથી જ જો છતાંને લીધા હોય છે તેજ ખામીઓ ઘણી જલદી અને સહેલાઈથી નાશુદ દરી શકાય છે. મારી રૂઢીથી જે છતાંને ધરડાઓ અમર તો પાકટ ઉમરનાઓ ઉપર કરવામાં આવે છે તે ઉપરથી ખરે ખાલુમ પડ્યું છે કે જે રીતે બચ્ચાઓ એક મહીનામા સાચ થઈ શકે છે તેજ રીતે ઉમરે પહોંચેલાઓને એક વર્ષ લાગે છે, તેનું કારણ એટલુંજ કે જુવાનીમા દરેક બાગો વધુ મજશુત અને શક્તિવાન હોય છે. હવે, એ ખામીઓ નાનપણમા જ જણાવી જોઈએ એ વધુ અમલનું છે, અને એ પરીક્ષા મોડા ઉપરથી ખામીઓ પારખવાની મારી રૂઢીની મદદથી ચર્ષ શકે છે.

વધારાનો પદાર્થ કેટલીક વેળાએ રીતે જવાનીજ બાજુએ જતા વાકો સુધે રસતો પણ રો છે. દાખલા તરીકે, આ નીચે મુજબ માલુમ પડશે કે પદાર્થ ડાબી બાજુએ એકઠો થયો છે અને મારી રૂઢી પ્રમાણે તે બાજુનો જ અમુક ભાગથી અટકી પડ્યો છે; જોઈએ તે કરતાં

આથી તે જમણી બાજુએ ઘસી ગયો છે. પરિણામમાં આખી ઠાળી બાજુ નીચે તેમજ ઉપર બે ચાર્ડ ગઈ છે. અગડાની કરોડ ગોળાકાર થઈ ગઈ છે તેનું કાચુ માખાપ તરફથી ઉતરી આવેલો કચરો હોય એમ લાગે છે. હવે જો એ સુધારવા માટે પાટાઓ (Mechanical Bandages) લઈએ તો તેથી તો દરદીને ઉલટું વધારે દુઃખ થશે અને દરદ સાંજું નહીં થાય. કચરાને માટે જગ્યા ભેંધએ. મારા અનુભવ પ્રમાણે જો વાકી થયેલી પીઠ પાછી અંદર કરીએ તો વધારાનો કચરો છાતીમાં એકઠો થાય છે. કચરાને પછવાડેથી દાઢી નાખવાનું બની શકે એમ છે, પણ ત્યારે થશે એમ કે પાછલાં બદલે આગલો ભાગ ઉપસી આવશે. આથી કચરો જે જગ્યા રોકે છે તે કાઢી જગ્યા નથી રોકતું એમ થતું નથી, પણ ઉલટો તે એકને બદલે બીજો ભાગ રોકે છે.



આકૃતિ નં. ૮



આકૃતિ નં. ૧૦



આકૃતિ નં. ૧૧

હવે તમો આકૃતિ ૧૦ તરફ જોશો તો તમોને માલુમ પડશે કે એ કહેવાતા વધારાના પદાર્થો બરડા ઉપર કેવી રીતે અમઝ કરી છે. તે પદાર્થો બરડાની અધવચમાં એકઠો થવા પામ્યો છે જેને પરિણામે કરોડ મરડાઈ ગઈ છે. એવા દાખલા ઘણાજ જુજ બને છે અને કેાઈક વેળા તો એ પદાર્થ વધુને વધુજ ઉપડ એકઠો થવા કરે છે. આ આમત આકૃતિ નં. ૧૧ અને આકૃતિ નં. ૧૨ તરફ નજર કરશો તો વધુ સહેલાઈથી સમજણ પડશે. આ આકૃતિઓમાં

તમે પ્રુ'ધા બાળકોને જોઈ શકશો કે જેનું કારણ ઉપધુન છે, જેમાં ધણું ખસં વા જન્મથીજ કચરો લાઇનેજ જન્મે છે તેવું છે, પણ એવા બાળી વાળાં બાળકોમાં એક મોક્ષ સ્ત્રીજ ઉપર હું જરા વધારે બોલવા માગું છું. તે એ છે કે, તે વધારાનો પદાર્થ આસ્તે આસ્તે પોતાનો રસ્તો ગરદન વાટે માથામા લે છે જેથી માથામાં ઠંડક થાય છે જેને લીધે માથાનો કાંઈક બાગ બહાર નીકળી આવે છે અને માથું અતિ ભારે લાગે છે. કાંઈક વેળા તો જન્મથીજ બાળકોનાં માથાં અતિ મોટાં રહે છે કે જે એમ સાબીન કરે છે કે જન્મથીજ તેઓમાં ખાખાપની તે ખામીઓ વારસામાં લઇને અવતરે છે. એવાં બાળકો મોટે ભાગે જીવવા પામતાં નથી અને જો જીવે છે તો માત્ર હુંકું આયુષ્ય ભોગવવાને મરેજ. આતું ખડું કારણ અગાઉ ભાગ્યેજ કાંઈએ સાંભળ્યું હશે. વળી આરીજ ખામીઓ મારી રૂઢી પ્રમાણે આલાથી નાશુદ થવા પામે છે. હું ધણાક દાખલાઓમાં ફતેહમંદ થયો છું, જેના પુરાવાતો દરદો સાબં થવા પામ્યાથીજ મળી શકે. તે ખામીઓ સુધારવાનો ઇલાજ મેં ઉપર કહ્યો તેજ છે અને તમે અજળ પણ થશો કે જે ઇલાજ હંસો-ખાંસી અને એવાં દરદો સારા કરવા માટે મેં અજમાવ્યો. તેજ ઇલાજ હું પ્રુ'ધવાળાં માથુસો ઉપર પેશુ અજમાવવા કહું છું, પણ જ્યાં તે દરદોનું મૂળ કારણજ એકજ સ્ત્રીજ હોય ત્યાં મારો શું વાંક? અને હું બીજા ઇલાજ તેના સંબંધમાં કેવી રીતે વાપરી શકું?

વળી જે રીતે ધીરજથી મેં મારી રૂઢી પ્રમાણે એવા દરદીઓ ઉપર ઇલાજ કર્યો છે તે ઉપરથી હું કહી શકું છું કે તે દરદો એજ ઇલાજથી નાશુદ થઈ શકે છે, પણ કાંઈક આજનીમાં જલદી ફરક પડે છે અને કાંઈકમાં વળત વધારે લાગે છે પણ દરદો તો સારાં થાય છેજ. હવે હું તમારું ધ્યાન મારા એવા કેટલાક સાબં થયેલા દરદીઓ તરફ ખેંચીશ, પણ જે શરીર એટલું કમજોર બની ગયું હોય છે કે તે સુધારામાં મદદ નહીં આપી શકે એવું હોય છે તો ત્યાં હું લાચાર છું.

એક વેળા ૧૮૯૯ ની સાલમાં મીસીસ એચ. કરીને એક બાઇ પોતાના એક બાળકને બચ્ચાંની નાની ગાડીમાં સુવાડી મારી આગળ લઇ આવી. તે બાળકની ઉંમર ૧૩ વર્ષની હતી. તે બાળકની બરડાની ફરોડ તદ્દન પાંડી વળી ગઇ હતી જેની આકૃતિ ૧૧ માં બતાવ્યા પ્રમાણે તે ધણી મુસ્કેલથી બે લાકડીના ટેકા સાથે ચાલી શકતું હતું. ધણું ખડું તો તેને ગાડીમાંજ ફેરવવામા આવતું હતું. મેં તેને તપાસીને તેની ખાતે તે વિષે શું શું ઇલાજો લીધા હતા તે વિષે પૂછ્યું. તે બાઇએ મને જણાવ્યું કે તે દરદ જન્મની ખામીનું છે જેથી ધણી દરકાર કરવામાં આવી નથી પણ જેજ વર્ષ અગાઉ તે દરદથી તે બચ્ચું ધણું હેરાન થયું જેથી તેણીએ તેને લીપગ્રીકના એક ટ્રેફિસરને દેખાડ્યું હતું. તેણે તે બચ્ચાને બરડા ઉપર “ઓપરેશન” અને એવા બીજા ઇલાજોથી સાફ કરવાની ધણી કોશીલ કરી પણ બધું બચ્ચું. આખરે તેણીએ જોયું કે ડોક્ટરોને બતાવ્યાથી કાંઈજ વળતું નથી ત્યારે તેણીએ કેટલાક ધરમતુ ઉપાયો અજમાવી જેવા અને તે પછી તે બાઇ મારી પાસે આવી હતી. મેં તે બાઇને સમજાવ્યું કે આ બાળકના શરીરમાંનો વધારાનો પદાર્થ વધારે પ્રમાણમા બરડામાં એકઠો થયો છે. અને તેને લીધે તે પદાર્થને નાશુદ કરવાનીજ જરૂર છે. મારી સમજાવટથી તે બાઇ ઉપર સારીજ અસર થવા પામી અને તે દિવસથી તેણીએ મારો ઇલાજ સર કરવા દીધો, તે બાળકને દિવસમાં ત્રણવાર “ક્રીકશન સીટસ બાય”

લેવરાવવામાં આવતો અને ખોરાક પણ મેં ક્યો તેજ પ્રમાણે આપવામાં આવતો. વળી તે બાળકને ઓખખી હવા માટે ચક્રે બહાર રાખવામાં આવ્યું. પરિણામ એ આવ્યું કે તે બાળકની નાની ઉંમરને લીધે કાયદો જોઈએ તે કરતાં ઘણીજ ઝડપથી માલુમ પડવા લાગ્યો. એક અડવાડીયામાં તો તે બાળક બે લાકડીના ટેકા સાથે સ્કેલાઈથી ચાલવા લાગ્યું અને પંદર દિવસ પછી શરીર પણ વધુ ટકાર થવા લાગ્યું, બીજાં એ અડવાડીયાં પછી તો તે બાળક નિશાળે પણ જવા લાગ્યું કે જે ફરજિયાત છોડી દેવી પડી હતી. મારો ઇલાજ છ મહીના સુધી તે બાળક ઉપર અજમાવવામાં આવ્યો જેના પરિણામે આકૃતિ ૧૨ માં જુઓ છો તે રીતે તે બાળક સરખું થવા પામ્યું. વળી એજ ઇલાજ, જે બીજાં બાળકો કે જેઓને સહીયજ, તાવ અથવા ડીફ્થેરીયા થયાં હોય અને તેનું કારણ જે વધારાનો પદાર્થ હોય તો તે ઉપર પણ અજમાવી ચકાષ છે. તેનો પુરાવો ઉપલા બાળકના મામાપને દેખાડી આવ્યો છે. જે દિવસે ઉપલાં બાળકને મારી આગળ લાવવામાં આવ્યું તેજ દિવસે એક નવ વર્ષની છોકરી કે જેની મામડી ઉપર અજમાવવામાં આવ્યું હતું અને જેણે બીજા ઉપાયો અજમાવી જોયા હતા તેને પણ લાવવામાં આવી હતી. વળી એક બાઇ કે જેણીના શરીરમાં લોહીનું પ્રમાણ અતિ ઓછું થવા પામ્યું હતું તે પણ તેજ દિવસે આવી હતી. મેં એ ત્રણે જણાઓ ઉપર એક સરખાજ ઇલાજે ચાલુ કર્યા હતા અને જે કે ઉપરના તકાવતને લીધે દરેકે ઓછો વધતો વખત લીધો, પણ પરિણામ તો દરેકની બાબતમાં ફેરફાર જ નીવડ્યું. વળી એક બીજા દાખલામાં એક પચાસ વર્ષની-ઉંમરના પુરુષના પગો અને ગરદન, ગરદન અને પગવાડેના ભાગો સુધીના ભાગ કરતાં અતિ ટુંકા હતા, તેણે પણ મારા ઇલાજે ચાર વર્ષો સુધી લાગત લીધા, જેને પરિણામે તે ચાર વર્ષો દરમિયાન તેને પોતાના શરીરમાં ઘણાજ તકાવત માલુમ પડ્યો. તેનાં કપડાંજ તેને બંધ-ખેસતાં નહોતાં તે ઉપરથી તરતજ જણાતું હતું કે તેના પગો અને ગરદનનો ભાગ કેટલેક દરજ્જે સુધાર્યો છે, જે કે તેની પાકટ ઉંમરને લીધે તે પોતાનું તદ્દન અસલ કુદરતી રૂપ તો લાઇ ચમોજ નહીં.

હવે મને લાગે છે કે આ ઉપરથી એ દરદોનાં મૂળ કારણ વિષે તમારી ખાત્રી થઇ હશે તે છતાં હું તમને મારા મોઢા ઉપરથી દરદ પારખવાની રીત કેટલે દરજ્જે અસલની રીત કરતાં ચઢીયાતી છે તેના પણ પુરાવાઓ આપીશ. મારી પાસે જે દરદીઓ બધા ઇલાજો અજમાવ્યા પછી આવ્યા છે તેઓ પાસેથી મને ઘણું ઘણું શીખવાનું મળ્યું છે.

એક વખતે મને એક ઘણાજ તંદુરસ્ત દેખાવના મરદ સાથે મુલાકાત થઇ. તેણે મારા આગળ ફરીયાદ કરી કે તે કામ કરવાને તદ્દન અશક્ત છે, તેણે મને કહ્યું કે તેણે ઘણા દાકતરોની મુલાકાત લીધી છે અને તે સધળા દાકતરોએ તેને તપાસીને ફક્ત એટલુંજ કહ્યું-કે તેને કાંઈ રોગ નથી, “તું પુરતો તંદુરસ્ત છે અને ફક્ત તને ખાત્રી બધ પેસી ગયો છે કે તું કામ કરી શકતો નથી.” વળી તેઓએ ક્યાંય બહાર ગામ જવાની તેને બલામત્ત કરી અને તે પ્રમાણે તેણે કર્યું પણ તેથી કાંઈ કાયદો ન જણાતાં તે મારી પાસે આવ્યો હતો. મારી સાથે વાન કરતાં તેણે પોતાનો ચક્રો જેવો ફરજો કે તે ઉપરથી મેં તુરતજ જાણ્યું કે તેના આખા શરીરમાં તે કહેવાના વધારાના પદાર્થ ધર ધામ્યું છે, મેં તેના ઉપર મારા ઉપલાજ ઇલાજે ચાલુ કર્યા જેના પરિણામે ૧૭ અડવાડીયાં પછી તેણે

મારા ઉપર લખી મોકલ્યું કે મને ધજોળ ફાપદો થયો છે અને હું આજો દિવસ દ્રામ કરવાને ઠંડાવતો નથી. હવે તમેને માણસ પડશે કે એક માણસ તદ્દન સાંભળે હોવા છતાં પોતાને બીમાર ધારે છે તેનું ખરું કારણ શું છે? વળી આવા દરદીઓ સાધારણ દાક્તરો આગળ જતાં અચકાચ છે કેમકે તેઓને ફક્ત વહેમ પેસી ગયો છે એમ કહેવામાં આવે છે. આવા દાખલા મેં ઘણાં જોયા છે જેમાંનો એક દાખલો હું કહીશ. એક અઢાર વર્ષની છોકરી કે જેણી “ક્લોરોસીસ” થી પીડાતી હતી તે એક દિવસે મારા પાસે આવી. દાક્તરોએ તેને જૂદી જૂદી દવાઓ કરમાવી હતી પણ તેથી તેને ફાપદો નહીં જણાતાં તે મારા પાસે આવી હતી. તેણીના મોઢાં ઉપરથી તરતજ મને લાગ્યું કે તેણીના શરીરમાં ક્યારે એકદો થવા પામ્યો છે જેને લીધેજ તેણીની ઉપરની ચામડીને લોહી ખરાખર પહોંચી શકતું નથી. વળી તેણીએ ખોરાક નહીં પચવા વિશેની પણ ફરીયાદ કરી. સપ્તળી નાની નમો કે જે જે વડે ચામડી ઉપર લોહી આવે છે તે તમામ ક્યારથી બરાબ ગઈ હતી. મેં આ ઉપરથી ઉપસાજ પ્રલાખે તેણી ઉપર અજમાવ્યાં, જેના પરિણામે તે છોકરીનો દેખાવ ઘોડાજ મહીનામાં તદ્દન બદલાઈ ગયો. અત્રે મારે કહેવું જોઈએ કે મેં મારા દરરોજના અનુભવ ઉપરથી જોયું છે કે ખોરાક નહીં પચવાને લીધે જે વધારાનો પદાર્થ શરીરમાં એકદો થાય છે તેજ “ક્લોરોસીસ” ના રૂપમાં બહાર જણાય છે કે જેના ઇલાજ કરવામાં આવતાં તે વધારાનો પદાર્થ નાશ પામે છે. જ્યાં પ્રેડિક્શ સાયન્સવાળાઓ હારી જાય છે ત્યાંજ એટલે ચહેરા ઉપરથીજ હું કહી શકું છું કે અમુક માણસમાં ક્યારે છે કે નહીં.

વળી એક વખતે એક બાઈ મારી પાસે આવી અને ઘણાંજ સમય અર્થજુ માટે ફરીયાદ કરવા લાગી. તેણીએ ઘણા ઉપાયો અજમાવી જોયા હતા જે નિષ્ફળ જતાં ડાક્ટરોએ તેને તે બાબત ધ્યાનમાં નહીં લેવાની સલાહ આપી હતી. મેં મારી ચહેરા ઉપરથી પારખવાની રીતેને આધારે તરતજ જોઈ લીધું કે તે અર્થજુનું કારણ ખીનું કાંઈજ નહીં પણ તે બહારના પદાર્થનું છે. તે ક્યારે તેણીના પેટમાં એટલા બધા મોટા પ્રમાણમાં એકદો થવા પામ્યો હતો કે જેને લીધે પેટમાં ગરમી પુષ્કળ રહેતી અને તેથી ખોરાક પચવાને બદલે ઉલટો વધારે અકચણ કરતો હતો. મેં તેણીની ઉપર મારા ઇલાખે આપુ કર્યા જેને લીધે ગરમી ઓછી થવાથી તેણીને તરતજ સાફ થવા લાગ્યું.

આપણામાંના ઘણાકો મોટી જીલ્લંદર છે અને ખોટી રીતે માને છે કે અર્થજુ તો સાજા માણસને પણ થાય. અહીંજ તેઓ ગોયું ખાય છે, ખોરાક ન પચે તો જીવનું કે તે માણસ તંદુરસ્ત નથીજ કેમકે અહીંજ બધાં દરદો જન્મ પામે છે. એક વખતે એક હોશીયાર દાક્તર સાથે વાતચીત થતાં તે મને કહેવા લાગ્યો કે એ વેળા એક માણસને એક દરદથી પીડાતો જોઈને, તે તેજ દરદથી અને તે પણ શરીરના કોઈપણ ભાગે ખરાબ થવા વિના, ચામાટે પીડાતો હશે તે બાબત હું બહુજ ચુચ્ચક્ષમાં પડ્યો. મેં તેને કહ્યું કે તેની રીતમાં અને મારી રીતમાં તફાવત એટલોજ છે કે તે અને બીજા દાક્તરો મુલેલા શરીર ઉપરથી શીખવાની કોશિય કરે છે ત્યારે મારી રીતે તેથી ઉલટીજ છે. ન્યારે માણસ જીવતો હોય ત્યારેજ તેની ઉપરથી જોઈતી ચીજ ટીપી લેવાની છે. મેં તેને કહ્યું કે હું મુલેલા શરીર ઉપરથી શીખવાનું જરૂરજ વળનદાર ધારતો નથી અને મારા આ કહેવાની પૂરેપૂરી સમજ જણ પાડવા મેં નીચલો દાખલો ટાંકી જતાવ્યો.

ધારો કે એક માણસને શીવવાનો એક સાંચો ખરીદવાનો છે અને તે માટે તે એક દુકાનમાં જાય છે અને ત્યાં વેચવાને માટે ઉત્તમ પ્રકારના ગોઠવી મૂકેલા ઘણાક સાંચાઓ-માંથી એક તે પસંદ કરે છે. આ વખતે તો તે માણસ સાંચામાં કાંઈપણ ખામી જોઈ શકતો નથી, કેમકે ઉપરથી તો તે ઘણી સરસ રીતે બનાવેલો માલમ પડે છે પણ એવામાં તેના એક મિત્ર આવી તેને તે સાંચો ત્યાંજ ચલાવી અને તપાસી જોવાની સલાહ આપે છે કે જોથી કરીને તે બરાબર દેખાતો સાંચો જો કાંઈ અંદરથી બગડેલો હોય તો તેની ખામી તે જ્યારે સાથે ત્યારે માણસ પડે, એજ પ્રમાણે આપણાં શરીરોમાં પણ બને છે. જ્યારે એક શરીરમાંથી ૭૨ નીકળી જાય છે ત્યારે તે તદ્દન બિનકપયોગી થઈ પડે છે કેમકે આપણને તે વખતે અંદર શું હતું તેની સમજણ પડી શકતીજ નથી, માટે જો તે કાંઈ પણ જાણવા માગતો હોય તો તેને મરજી પામેલાં ઉપરથી નહીં પણ જીવતાજ માણસો ઉપરથી ધીખવું જોઈએ. મારી રૂઢી એજ ધોરણ ઉપર રચાયેલી છે.

હાલની વૈદક વિધાને આધારે જે જે દરદોને નામો આપવામાં આવ્યાં છે તે બધું અમથું છે. જે ખડું જાણવાનું અને કરવાનું છે તે એ છે કે શરીરમાં વધારાનો 'પદાર્થ' છે કે નહીં અને તે આધારે શરીર તંદુરસ્તી ભોગવે છે કે નહીં અને જો તેમ ના હોય તો પછી તેનો ઇલાજ શું ? એક દરદ કેટલા વખતથી થયું છે તે આપણે જાણવા પામીએ, તો તે કેટલા વખતમાં સાફ થશે તે પણ કહી શકીએ જોયો દરદીના સંબંધમાં કાંઈ પણ જાણ થતી આવડે.

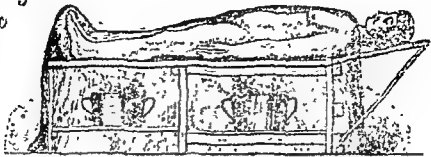
દરદો સાળ' કરવાના મારા ઇલાજો શું છે ?

સ્ટીમ-બાથ, સન-બાથ, ફ્રીક્શન-હીપ-બાથ, ફ્રીક્શન-સીટસ-બાથ.

રોગ શાથી થાય છે અને રોગ ક્યા ક્યા છે, તે તો આપણે જોઈ ગયા પણ હવે એ સાળ કેમ કરવા તે સંબંધી જાણવું જોઈએ; અને જેમ રોગ અનેક નહીં પણ એકજ છે તેમ ઇલાજ પણ અનેક નહીં પણ એકજ છે.

પહેલો ઇલાજ સ્ટીમ-બાથનો છે. તેથી આમડીનું કામ ઘણું સરસ ચાલે છે. જેઓ પોતાની તંદુરસ્તી જાળવવા માગતા હોય તેમને આ ઉપાય વગર ચાલે એમ નથી.

Whole Steam-Bath=વરાળનો બાથ. કુટુંબોને કાંઈ એક ઉપાય અતુકજ થઈ પડે એવો સાદો અને સહેલો ઉપાય શોધી કાઢવાને માટે મેં ઘણા ઘણા પ્રયત્નો કર્યા અને આખરે સ્ટીમ-બાથનું મારૂં ચંત્ર ઉઘાડી તથા ઘડી શકાય એવું તૈયાર કર્યું. એ ચંત્ર એક ખુરશીના જેટલા કદનું છે. તેમાં જે જરૂરી માળ છે તે એક ગોટો બરતુસ, થોડાંક વાસણો અને નહાવાનું એક ટમ. આ ચંત્રની સગવડ એ છે કે આખું શરીર અગર તો તેના અમુક ભાગો વરાળનો લાભ લઈ શકે. નીચેનું ચિત્ર જુવો:—તેમાં જણાવ્યા મુજબ



આકૃતિ ૧૩ મી.

માથુસને સુવાડો અને નીચેથી ત્રણ ચાર વાસણોમાં પાણી બરીને ગરમ કરા; અથવા ગરમ કરવા માટે મારા સ્ટીમ-પોટ અને સ્પીરીટ-હીટર અને વોટર-કંપાર્ટમેન્ટનો ઉપયોગ કરે. આ ત્રણ ચીજો વાપરશે તો સ્ટીમ-બાથ પૂરેપૂરો મળશે, પણ જો સાધારણ વાસણ વાપરે તો તેને પાણીથી તદન ભરપૂર કરવા નહીં. વાસણમાંનું પાણી ઉકળવા માટે કે દરદીએ સૂઈ જવું અને તે પછી બરતુસ ઓઢવો. તે ઓવી રીતે ઓઢવો કે વરાળ બહાર જાય નહીં. શરૂઆતમાં માથું ઢાંકી તો સાઈ. વાસણના મોઢાં ઉધાડ બંધ કરીને સડન થાય તે પ્રમાણે ગરમી ઓછી રાખતી લેવી. મોટાંઓ માટે જો ત્રણ વાસણ અને બચ્ચાંઓ માટે એક જ વાસણ. વળી એક વાસણ ચુલા ઉપરનું મૂકી રાખવું કે જે જરૂર પડે તો કામમાં આવે. પીડ પાછળ જે ગોખલો જણાય છે ત્યાં પહેલી દેગડી મૂકવી, બીજી પગ નીચે અને ત્રીજી પહેલાં કરતાં સહેજ ઉપર. જેવી વરાળ છુટવા માંડી કે તરતજ બીજી દેગડી ચઢાવી દેવી. જગવાળી દેગડી બદલવાની જરૂર નથી. જો મારી સ્ટીમ-પોટની યોજના લેશે, તો એ વાત ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર નથી. દર પંદર મીનીટ પછી દરદીએ પોતે આમતેમ ફરવું કે જેથી પેટને અને છાતીને ગરમી લાગે. થોડીવાર પછી પ્રુક્ટન પરસેવો છુટશે. બચ્ચાંઓના સંબંધમાં દેગડી ફેરવવી નહીં. જેમને પરસેવો ના વળે તેમનું માથું ઢાંકી રાખવું. પરસેવો પા થી અરધો ક્લાક સુધી વળવા દેવો. જે ભાગમાં કચરો ભરાઈ ગયો હોય ત્યાં પરસેવો પહેલો વળતો નથી. દરદી પોતાના જે જે ભાગ આગળ ગરમી માગે ત્યાં ત્યાં તે આપવી કારણ કે પોતાને ક્યાં ક્યાં પરસેવો ખરાબર વળતો નથી તે દરદી ખરાબર જાણી શકે છે.

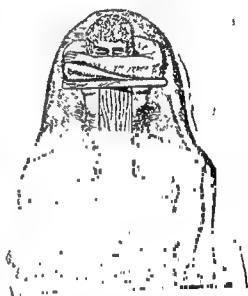
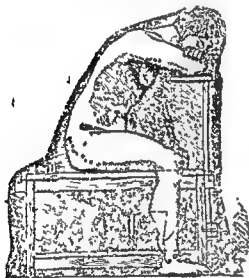
જે દરદીઓ નખખાં હોય છે તેમને ધારિત લાગે છે તેથી તેઓએ સ્ટીમ-બાથ લેવો નહીં. તેમણે ક્રીકચન-હીપ-બાથ અને ક્રીકચન-સીટસ-બાથ લેવા. જેમને કુદરતી પરસેવો વળતો હોય તેમણે વરાળના બાથ લેવા નહીં. જરૂર પડે તોજ આઠવાડીયામાં બેથી વધુ સ્ટીમ-બાથ લેવા. જેમ લોખંડને આકાર આપવા તેને દેવતામાં નાખ્યા પછી ઠંડા પાણીમાં બેળે છે તેજ પ્રમાણે આપણા શરીરને પણ તંદુરસ્ત બનાવવા ગરમી પછી ઠંડક જોઈએજ.

શરીરને પછી ઠંડુ થાડવા ૬૮ થી ૮૧ ડિગ્રી સુધીના હીપ-બાથ લેવો. બાથની શરૂઆતમાં અગર આખરે આખાં શરીરને સારી પેડે સાફ કરવું. જેમ શરીર ગરમ તેમ તેને ઠંડી ઓછી લાગશે. પરસેવો વળે ત્યારે ચામડી ગરમ બને છે. સ્ટીમ-બાથ પછી શરીરને નવરાશ્યું હોય તો તે મજબુત બને છે. ક્રીકચન-હીપ-બાથ (આકૃતિ ૧૬ જુઓ) પછી ૧૩ નકાનાં નહાતાં શરીરમાં ગરમી આવવી જોઈએ. મજબુત માણસો કસરતથી

ગરમી મેળવી શકશે પણ નમળાઓએ તો ઝોઢીને પડી રહેવું. પાણી જેવું ૨૧૨ ડીગ્રી જેટલું ગરમ થાય છે કે વરાળ નીકળવા માડે છે, એક વખત અજમાયશ કરી જોશો તો, પાણીની ગરમી માણુમ પડી આવશે. જો સ્ટીમ-બાથ માટેનું યંત્ર તા મળે તો નેતરની ખુરશીથી પણ આવશે ખુરશી તમે ગરમ પાણીનું ટગ ચૂકવું. બીજા દેગડા ઉપર લાંકડાના કુકડા બાધી તેના ઉપર પગ ચૂકવા. મારા સ્ટીમ-બાથના યંત્રવડે તમે શરીરના જે ભાગ ઉપર ધારો તે ભાગ ઉપર વરાળની અસર લાગી શકશે.

પેટના માટે સ્ટીમ-બાથ—(આકૃતિ ૧૪) સ્ત્રીઓના દરદ માટે તેમજ પેટના આતરડા વિગેરે માટે આ ઉપાય ઠીક છે. તેમાં ફક્ત એક જ દિગડી ચાલશે. પછી આખા પેટને ઠંડું પાડી દેવું. ઉપર જેમ કર્યું તેમ અહીં પણ કરવાનું છે. સ્ત્રી દરદીઓને સ્ટીમ-બાથ પછી ક્રીકશન-સીટસ-બાથ લેવો અને આ સારવાર લાગા વખત મુધી ચાલુ રાખવી. મારા કહ્યા પ્રમાણે સ્ટીમ-બાથ લેવામાં આવે તો તેની અસર ધણીજ સરસ થાય છે.

ગરદન અને માથાં માટે સ્ટીમ-બાથ—આકૃતિ ૧૫ માં આ સમગ્રજી આપવામાં



આકૃતિ ૧૪ મી.

આકૃતિ ૧૫ મી.

આવી છે. માથા અને ગરદનની નીચે ગરમ પાણી ચૂકવું. પરસેવો વળ્યો કે દરદ નરમ પડશે. માથુ અને ઢાલી ગરમ હોય તો ઠંડા પાણીવડે તેમને ધોઈ નાખવા અને ક્રીકશન-હીપ-બાથ લેવો. દરદ ફરી ફરીને થાય તો આખા શરીરને સ્ટીમ-બાથ આપવો અને ગરદનને વારાફરતી સ્ટીમ-બાથ આપવો. આખા, કાન, નાક અને ગળામાં અરધો સ્ટીમ-બાથ ધણો. ઉપયોગી થઈ પડે છે, અરધો બાથ પણ મારા ખાસ યંત્ર મારફતે આપી શકાય છે. પેટને માટે બાથ નેતરની ખુરશી ઉપર લઈ શકાય છે. માથાને માટે રમોડામાં વપરાતી માચી કે બાજન માલશે અને તે વાપગતા હાથ ચૂકવા માટે સગવડ રાખવી.

મન-બાથ—ગરમ દિવસોમાં સૂર્યનો તાપ પડતો હોય તે વખતે મન-બાથ નીચે પ્રમાણે લેવો:—દરદીએ શરીર ઉપર માત્ર થોડાક કપડા પહેરીને પવન લાગે નહીં એવી રીતે

સાદી ઉપર સુઈ જવું. બુટ, મોન' કાદી નાખવાં અને સ્ત્રીઓએ કોંસ્ટ કે તંગ પોશાક પહેરવેા નહીં. માથું અને મોઢું સૂરજની સામે રહેવા દેવું નહીં પણ ત્યાં આગળ પાંદડાં રાખવાં. પેટ ઉપર પણ એ પ્રમાણે પાંદડાં રાખવાં. આ પ્રમાણે અરધાથી દોઢ કલાક સુધી સન-આથ લેવેા. જે દરદીઓને એકદમ અથવા સ્ત્રેલાઈથી પરસેવો ના વળે તેઓ લાંબા વખત સુધી સૂરજના કીર્ણો પોતાના શરીર ઉપર પડવા દેતા હરકત નથી. જેમને માથે તાપ લાગે અથવા માથામાં ગરમી જણાય તેમજ પહેલાં ટુંડી મુદતના બાથ લેવા. સન-આથ પછી ક્રીકશન-હીપ-આથ લેવેા કે જેથી ફરીને કચરો છુટો પડશે, બાથ પછી જેમને સ્ત્રેલાઈથી પરસેવો છુટે નહીં તેમજ ફરીથી તડકામાં બેસવું. જેઓ ઘણા પીમાર હોય તેમજ પહેલે-થીજ સન-આથ નહીં લેવેા. સન-આથ માટેના ગ્રૌથી સારો વખત સહવારના ૧૦ વાગ્યા થી બપોરના ૩ વાગ્યા સુધીનો છે. બપોરે જમ્યા પછી અરધાક કલાકે સન-આથ લેવેા તે વધારે સાઈ છે, કારણ કે ખોરાક પચાવવા માટે શરીરમાં ગરમી નેપ્રએ અને સન-આથ પછી ક્રીકશન-આથ તે ગરમી ઓછી ફરી નાખે છે.

અરધા સન-આથ—જેમને ગાંઠો બાઝવી હોય, મોઝે ચડેા હોય, પેટમાં આંતરડાં ઉપર વધારો થેા હોય તેમને માટે અરધા સન-આથ અને ઉપયોગી જણાય છે. અરધા સન-આથ તે આખા સન-આથ જેવોજ છે પણ પહેલામાં જે બાગને બાથ આપવેા હોય તે બાગને લીલાં પાંદડાં વડે ઢાંકવેા નેપ્રએ. પાણી અને ખોરાક ઉપરાંત સૂરજનો પ્રકાશ તે એક ઘણી અગત્યની ચીજ છે. વારંવાર ઉભરાતાં દરદ માટે સન-આથનો ઇલાજ ઉત્તમ છે. દાખલા તરીકે એક મેલા કપડાંને સૂરજના તડકામાં રાખવામાં આવ્યુ હોય તો તેનો કચરો ત્યાં વધારે ચોટશે પણ પાણી અને તડકામાં ફેસ્વફેસ્વ ફરીએ તો કચરો નીકળી જશે. દરેક જીવતું પ્રાણી સૂરજના પ્રકાશ, પાણી, હવા અને જમીન ઉપર આધાર રાખે છે. ઝાડ-પાન પણ પાણી, હવા, જમીન અને તડકા ઉપર આધાર રાખે છે. માણસના સંબંધમાં પણ તેમજ છે, ઘણાક તો પાણી અને તડકાથી દૂર રહે છે તે બોલું છે. તેથી શરીર ઉલટું નબળું બની જાય છે. જેતું શરીર રોગી હોય તેજ તડકાથી દૂર જાય છે. જ્યાંથી કચરો નીકળી જાય છે તે બાગેા નબળા પડી ગયેલા હોય છે, તો સૂરજનો તડકો ફરીથી કચરાને ઉભરાવે છે અને તે બાગેાને ઇજ પહેાંચાડે છે. જે તેથી માથું દુઃખે અથવા સૂતી જણાય તો સમજવું કે વધારાનો પદાર્થ ધીમે ધીમે ફરતો જાય છે. જે પાણીથી બાથ લીધા વગર સન-આથજ લીએ તો તેથી મન આનતું પરિણામ આવશે નહીં. પાણીથી આપણા શરીરની શક્તિ વધે છે. ઝાડ પાન ખીસે છે ત્યારે તેમને પણ પાણી અને તડકો મજે તોજ તેઓ જીવી શકે છે. કુદરતના મારોના આપણે અભ્યાસ ફરીએ છીએ ત્યારે આપણે જાણીએ છીએ કે સન-આથથી જે બગાડો થાય છે તે પાણીથી બાથ લેવાથી નાશુદ થાય છે. મારા પાણીના બાથની અસર સન-આથ સાથે અંતિ ઉત્તમ થવા પામે છે.

કેટલાક એમ ધારે છે કે નાગાં શરીર ઉપર સૂરજની જે અસર થાય છે તેથી લોકલા શરીર ઉપર એટલી થાય છે. એટલે કે ખુશ્કું શરીર ખીસે છે અને લોંબું નેપ્રએ તેવું ખીસતું નથી, પણ તેમ નથી. જે દ્રાક્ષ પાંદડાં નીચે હોય છે તે ખીસીને મોટી થાય છે અને જે સૂરના તડકામા હોય છે તે ચીમકાઇ જાય છે. ચેરીઝના ઝાડ પણ પાંદડાંમાં લંઘણેલાં હશે તેમજ તે વધુ ખીસશે. દરેક ફળને જેમ ઝાડપાનની જરૂર છે તેમ દરેક શરીરને પણ લુગડાંલપાંની જરૂર છે.

સૂરજના તાપમાં માથું ઉઘાડું રાખવાથી માઠી અસર થાય છે. શરીરને લાંકવાથી પરસેવો વળી આમીના છીંદો ખુત્રાં થાય છે, ઉઘાડાં શરીર ઉપર પાણીથી પલાળેલું કપડું લાંકવાથી જરા વધુ પરસેવો છુટશે. આ પ્રમાણે મોટાં અને તાજાં પાંદડાંથી પણ બને છે. સૂરજના તાપની અસર સફેદ લુગડાં કરતાં કાળાં લુગડાં ઉપર તદ્દન જુદીજ થાય છે, એટલા માટે પાંદડાંને બદલે કપડાં અને કપડાંને બદલે પાંદડાં વાપરીએ તો તેથી તકાવત ધણો પડશે. જેમને હમેશાં પેટની ફરીવાદ હોય, અથવા તો સ્કોફ્યુલા અને ક્ષય વિગેરે દરદો હોય તેમને મેં જણાવ્યા છે તે પ્રમાણે સન-માથ લેવાથી ઘણો ફાયદો થાય. મેં અનુભવથી જોયું છે કે સૂરજનો તાપ તાજાં પાંદડાંમાંથી પડે છે તે શરીરમાં જે કાંઈ ક્યારો હોય તે વહેલો છુટો પડે છે. પેટમાં ક્યારના ચર બાજ્યા હોય છે તો તેના ઉપર સન-માથ બહુ સારી અસર કરશે.

ફીકશન-હીપ-બાથ-જુઓ આકૃતિ ૧૬ માં



ટખમાં જાંગ અને પેટની ગાંઠ ડૂબે એટલું પાણી રેડો. પાણી ૮૪ થી ૬૮ ડીગ્રી જેટલું ગરમ રાખવું. દર-દીએ અરડાકને તેમાં સુવું અને પછી ખરબચડાં કપડાંના ટુકડાથી આખા પેટને ઉપરથી નીચે સુધી ઘસવું. શરીર બરાબર ઠંડું ના પડે.

ત્યાં સુધી આ ક્રિયા ચાલુ રાખવી, જહેલાં પાંચ દસ મીનીટ બસ થશે, પછી જરાજરા વખત લાંબાવવો. નખળાં માણસો અને બચ્ચાઓ માટે થોડીક પણ પુરતી છે. પગ, પગની પાટલી અને શરીરનો ઉપલો ભાગ એ બધાને ઠંડાં પડવા દેવાં નહિ જોઈએ અને તે બધે સ્થલે ઉનનો બરનુસ-ધાજો-બાંધી દેવો. બાથ પછી શરીરને ગરમ બનાવવું અને તે માટે ખુશ્કી હવામાં કસરત કરવી. જેઓ ઘણાં નખળા હોય તેમને પથારીમાં સુવાડવાથી ગરમી આવશે. ગરમી ધીમે ધીમે પ્રસરે તો શરીર ઉપર પાટો બાંધવો. આ પ્રમાણ ફીકશન-બાથ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવો, ગરમી કે ઠંડી એ બધું દરદીની પ્રકૃતિ ઉપર આધાર રાખે છે.

ફીકશન-સીટર-બાથ-સ્ત્રીઓના દરદોમાં આ ઉપાય ઘણો ફાયદાકારક છે. એમાં મેં ખાસ બનાવેલું લાકડાંનું સ્ટુલ-બાજ-વાપરવું, તેમાં પછી પાણી નાખવું પણ તે છેક ઠંડા સુધી ભરવું નહીં, પછી દરદીને તેના ઉપર બેસાડી એક કુવાલ તેમાં બોળાને તે વડે પેટ, પેડું વિગેરે ઘસવો. સ્ત્રીઓના ગુલ્મ અવયવોના અંદરના ભાગને અડધું નહીં પણ બહારની ટીનારીએને જ ઘસવી. એ બાથથી પગ, પગની પાટલી અને શરીરના ઉંચે આવેલા ભાગો સુકા રહેશે અને પાંજળનો ભાગ બીજાઈ જાય તો તેથી કાંઈ નુકસાન નથી. દરદ દરમીયાન આ જાતનો બાથ છોડી પણ દઈ શકાય. જાડું તો બે, ત્રણ કે ચાર દિવસે એક વખત બાથ લેવો. નીચેના ભાગોમાંથી પાણી વહે તો સમજવું કે પેટમાં ક્યારો બહુ વધી ગયો છે. આવી જાતના બાથમાં ગરમી ૫૦ થી ૬૦ ડીગ્રી જેટલી બસ થશે. ૧૦ મીની-ટથી એક કલાક સુધી આ બાથ લેવો. બાથ લેવાનો ઝોરડો પણ ખપ જેટલો ગરમ જોઈએ એમા પાણી જેમ ઠંડું તેમ સાફ-ખણ ઘણું ઠંડું તો કામતું નહીં. ગરમ દરદોમાં સાધારણ રીતે પાણી બહુ ઠંડું નથી હોતું, પણ તેની ઝણ પણ એવીજ જોડે દવાના પ્રમાણમાં

અસર થવા પામે છે. બહારગામ ખાતે જેઓ મારા ઉપાયો અનુભાવે છે તેઓના સિયોર્ટી ઉપરથી હું ઉપર યુજ્ય કહી શકું છું. જ્યાં હીપ-બાય લેવાનું ના અને તો ત્યાં નહાવાનું કાંઈ પણ ટપ ચાલશે. ફક્ત સમગ્ર બરેલું સ્વલ-બાજક-વાપરવું. ટપમાં પાંચ થી છ ગેલન જેટલું પાણી સમાવું જોઈએ. પાણી થોડું હશે તો જલદી ગરમ થઈ અસરકારક નહીં નીવડે. ઝરાનાં પાણી કરતાં ટપમાં માગીને ઠારેલું પાણી હોય તો વધારે સાફ. ધણીક કુટુંબોમાં આવે બાથ સ્વચ્છતાને માટે ખાધા પછી લે છે.

પુરૂષો માટે પણ આવે બાથ ચાલશે. હમેશાં ખાનગી ભાગની ચામડીના છેડાને ઠંડા પાણીમાં દાખીને ધોવો, એમ કરતાં તે ચામડીને બહાર ખેંચવી અને ખાનગી ભાગની ટીચડી ઢાંકી દેવી. આ બાજત ખાસ લક્ષમાં રાખવાની છે, જેઓને આ બાજત બરાબર સમજાય ના હોય તેઓએ આ હકીકતની મારી ચોપડી મંગાવવી કે જ્યાં તખીયતમાં કાંઈ પણ ગોઠાવો થવા પામશે નહીં.

જેમને અંદરનો સોજો ચડ્યો હોય તેઓને આજ બાથ પછી સોજો નીચે ઉતરતો જશે. તેથી કાંઈ શીકર રાખવી નહીં. બાથ ચાલુજ રાખવા પણ કપડું લગાર નરમ રાખવું. પરિણામ વહેલું લાવવું હોય તો બેઠકથી પાણીને ૩ આંગળ જેટલું ઉંચું રાખવું અને ગરમી ૬૩ થી ૭૩ ડીગ્રી રાખવી. એ વખતે બેસવાનો ભાગ પાણીમાં ડૂબેલો રહેશે, બાકી બીજું બધું ઉપર માફકજ કરવું. કેટલાકને એવું લાગશે કે મેં જે ઉપર ભાગ કસ્યો તેજ શા માટે ધસવો જોઈએ, પણ તેનો જવાબ એટલેજ છે કે તેના કરતાં કાંઈ બીજો ભાગ વધુ અસરકારક નથી. વળી એ ભાગનું આપણા મગજ સાથે જોડાયું રહેલું છે તેથી એ ભાગ ઉપર જે લાગણી થાય તેથી આખા શરીરના અવયવો ઉપર અસર થવા પામશે અને એટલા માટેજ આખી “નરવસ સીટસ” ઉપર અસર કરવા એ ભાગેજ ધસવા જોઈએ. પેટ, પેડું અને નીચેના ભાગથીજ જ્ઞાનતંત્રો ઉપર અસર થાય છે. આ પ્રમાણે ઠંડાં પાણીએ નહાવાથી પણ જ્ઞાનતંત્રો મજબુત થાય છે. જ્યાં અવયવેનું જોડાયું નળણું હોય ત્યાં આ અસર થશે નહીં. મેં જેમ કહ્યું છે તેમ ક્રીકશન-બાથ લેવામાં આવે તો શરીરના દરેક ભાગો બરાબર કામ કરશે. જેમની તંદુરસ્તી નળણી હોય તેમને માટેજ આ બાથ છે. ધણીક તખીઓ આ ભાગે ઉપર જે વેદના યુગ્મરે છે તેના કરતાં મારી રૂઢી પર્મક કરવા જોગ થઈ પડશે.

ક્રીકશન સીટસ-બાથ તદ્દન સાજાં માણસોને માટે નકામા જેવો થઈ પડે છે અને તેઓ માટે આ બાથની બિલકુલ જરૂર નથી.

એક બીજી બિના અત્રે કહેવાની જરૂર છે અને તે કુદરતમાં સમતોલપણું જળવવા માટે જે કોશિશ કરવામાં આવે છે, તેને લગતી છે; દાખલા તરીકે જેમ બહારની ઋતુમાં ફેરફાર થાય છે તેમ શરીરની અંદર પણ ફેરફાર થવા કરે છે. બહારની હવા શરીર ઉપર અસર કરે છે અને શરીર ઉપરની હવા બહાર અસર કરે છે. જેમની સારીરિક હાલત સારી, તેઓ બહારના ઉપર તેનીજ સારી અસર કરશે. જેમ જેમ શરીરમાં એવી દબાવો ફેરફાર વધારે તેમ તેમ માણસની તખીયત વધારે બગડે છે અને તે બહારનો પદાર્થ એક તોફાન માફક અંદર ગરબડ મચાવે છે. હવે એ વખતે પણ જેમ જેમ હાલત ખરાબ તેમ બહારનાને માટે પણ ખરાબ. જેમ અને તેમ આ સમતોલપણું લાવવા માટે આપણા શરીરને કેળવવું.

તે માટે મારા ક્રીકશન બાથ કરતાં બીજું વધુ સાફ દર્શાવાય હોય શકે નહીં. પેટમાં કચરો વધી પડ્યો હોય તો કુદરત અને શરીર વચ્ચે સમતોલપણું—સંરખાપણું—નહીં રહે. આવી હાલતમાં વધુને વધુ ખાઈએ અથવા કામ કરવા માટે એવું કોઈ પીણું પીએ તો તેથી કાષ્ટ શારીરિક સમતોલપણું જળવાશે નહીં, પણ શક્તિ વધારે ને વધારે ઘટશે અને તેથીજ તે સમતોલપણું જળવવા પાચનશક્તિને બરાબર કામ કરતી કરવાની જરૂર છે. તે માટે કુદરતી ખોરાક લેવો અને ઠંડા પાણીએ નહાવું. આમ કરવાથી તાવની ટેમ્પરેચર પણ તમારા શરીરમાં રહેવા પામશે નહીં, એટલુંજ નહીં પણ માંદા શરીરને સાજું કરશે. આમ કરવાથી શારીરિક પીડા કે વેદના ભોગવવી પડશે નહીં. માણસનું શરીર માત્ર એક યંત્ર છે. જેમ યંત્ર એક ચીજથી ફરે છે તેમ શરીર ક્રીકશનથી ચાલશે. આટલા ઉપ-રથી માલુમ પડશે કે ચાહે તો દરદ આંખમાં ચાઓ કે નાકમાં, કાનમાં ચાઓ કે ગળામાં, પણ તે સધળા માટે હું એકજ ઇલાજ અજમાવીને તેને સાજું કરું છું, તે ખરૂં છે. બધા અવયવો હું સમતોલ જાળવું છું અને જ્યાં તંતુઓ છુટી ગયેલાં હોય ત્યાં હું લાચાર છું કેમકે સાંધી શક્તિ ફેલાવી શકાતી નથી. ઘણીક વખતે જેઓ બીડી કુંકતા હોય તેઓને હું ફરમાવું છું કે બીડી કુંકવી નહીં. તેથી તેમને એવું લાગે છે કે બીડી નહીં પીવાથી તેમની હોઝરી નબળી પડી જાય છે. હવે તેજ વખતે જો તેઓ બાથ પણ લે તો તેમને નબળાઈનું કારણ બાથ પણ જણાય છે. પણ આ માન્યતા ખોટી છે. પહેલાં તો બીડીથીજ હોઝરી નબળી થઈ ગઈ હતી પણ હવે બાથથી ધીમે ધીમે તે શક્તિ મેળવતી જાય છે અને તેથી સમતોલપણું જાળવવાના કામમાં અશક્તપણું લાગે છે. બાથથી કચરો નીકળી જશે સીરકીમ ચોખ્ખી થઈને મજબુત બનશે. બાથ ઉપરાંત બીજું સાધન એ છે કે માટીના પોપડાના લેપડા હુંદી ઉપર ચોપડવા. શરીરનો કોઈ પણ ભાગ કપાઈ જાય ત્યારે પણ એજ ઉપાય ઠીક થઈ પડે છે.

આ ઉપરથી કાંઈ એમ માનવું નહીં કે આ ઉપાયથી આપણે નફોજ સાગ્ન થઈશું. હું ફરીને કહીશ કે હું દરેક દરદ સાજું કરું છું પણ દરેક દરદી સાગ્ને ચાપ કે કેમ તે હું કહી શકતો નથી. જ્યાં પાચન શક્તિ નબળી પડી ગઈ હોય ત્યાં મારો ઇલાજ ચાલે છે પણ જ્યાં શરીરની શક્તિ તદ્દન છુટી ગઈ હોય ત્યાં હું લાઇલાજ છું એટલે કે મારો ઇલાજ કામ કરી શકતો નથી. દરેક રોગમાં જ્યારે બાથ લેવામાં આવે ત્યારે વખત, ઝડપ, પ્રકૃતિ, વિગેરેને બંધ ખેસતો ફેરફાર કરવાનું ચુકતા નહીં.

આપણે શું ખાવું અને શું પીવું ? પાચનક્રિયા કેમ ચાલે છે ?

ખોરાક ખરાબ હોય છે તો પાચનક્રિયા બગડે છે. તેથી શરીરમાં વધારાનો પદાર્થ બને છે અને તંદુરસ્તી ઉપર તેની અસર ચાલે છે. ત્યારે સવાલ એવો ઉભો થાય છે કે આપણે શું ખાઈશું અને શું પીશું કે જેથી શરીર માંદુ થતા પામે નહીં. જેમ વીન્ટગા બનાવતી હોય અથવા અચુક કેમીકલ પદાર્થ બનાવતો હોય તો આપણે તે સર્વેના મૂલો ઉપર ધ્યાન આપીએ છીએ. એટલે કે એક ચોક્કસ એસીડની મદદ વડે ઝીંક અને કાર્બોન ઉપર અસર કરી અંદરથી પોઝીટીવ અને નેગેટીવ કરવો કાઢી તે તાર મારતે વાપરીએ.

છીએ અને તેની ક્રિયા આપણે સારી રીતે જાણીએ છીએ. હવે એજ ઝીંક અને કાર્બોન ઉપર કેમ બીજી રીતે અસર કરવામાં આવે તો વળી કાંઈ જુદુંજ સ્વરૂપ પ્રગટી નીકળે છે. આ પ્રમાણે શરીરના સંબંધમાં પણ છે. હવા, પાણી, ખોરાક વિગેરેથી શરીર તંદુરસ્ત બને છે. શરીરમાં “વાઇટલ ફાવર” નું વધવું કે ઘટવું તેના આધાર આપણે જોવા ખોરાક લઈએ તેના ઉપર છે. એક માણસને આપણે ચોખ્ખી હવામાંથી ઝેરી હવામાં લઈ બંધવું તો તે યુગળાધને મરણ પામશે. તેનું કારણ એટલુંજ કે તે ઝેરી હવા તેના શરીરને ટકાવવા માટે અશક્ત થઈ પડે છે.

ખોરાક ખરાબ હોય તો તેની માદા અસરો ધીમે ધીમે દાખલ થશે. કુદરતી ખોરાક અને ઝેર વચ્ચે મોટો તફાવત રહે છે, પણ કુદરતી ખોરાક કોને કહેવો અને અકુદરતી ખોરાક કોને કહેવો એ બહુ અચોક્કસ છે. જે ખોરાક ખોટા હોય તે છાડીશું તો વધારાનો પદાર્થ શરીરમાં બનતો અટકશે. વળી આપણે અકુદરતી ખોરાક લઈએ તો તે અને કુદરતી ખોરાક વચ્ચે તફાવત એટલો તો થોડો છે કે તે તફાવત કે ફરક આપણને જણાતો નથી, પણ તે ખરાબ ખોરાક લીધાથીજ શરીરમાં રોગ ચાલુ છે એટલા માટે ખોરાકના સંબંધમાં બહુજ સાવચેત રહેવું જોઈએ આ બાબતમાં હું એક દાખલો આપીશ. કેટલાક માણસો શરીરે જાડા હોય છે છતાં ખોરાક બહુ ખાતા નથી એનું કારણ એ કે તેમનામાં હદ ઉપરાંત શક્તિ વધી ગઈ છે. કેટલાક માણસો સારો પુષ્ટીકારક અને ચરબીવાળો ખોરાક ખાય છે, છતાં ચીમડાવલા, માથાકંઠા અગર દુબળા કે એકવડા બાંધા જેવા રહે છે. તેનું કારણ એ કે ખાધેલા ખોરાક ખરી જગ્યાએ પહોંચવાનો માર્ગ લઈ શકતા નથી. આ ઉપરથી એટલું જાણવું જોઈએ કે ખોરાક ખાધો અને પચાસ થયો એમાં પાચનક્રિયાની શક્તિનું માપ મળી શકતું નથી. ઉપલા બન્ને કેસમાં પાચનક્રિયા ખોટી છે. જ્યારે ખોરાક લીધા બગર એક કેસમાં શરીર બહુ ફેલાય છે ત્યારે ખાધા છતાં શરીર નબળુંજ રહે છે. એ બીજા કેસની ફરીયાદ છે. આ આપણે ક્ષયના દરદના કેસમાં બરાબર જોઈ સમજીશું કે જેમાંના કેટલાક ધણો ખોરાક ખાય છે છતાં નબળા અને દુબળા રહે છે.

ખરાબર વિચાર કરશે તેમને માલમ પડશે કે માંસ, ઇંડાં, અરક, દાડ, કોકો, કારી, મહા વિગેરેમાં શક્તિ જરાપણ નથી. પણ જે ખોરાક રહેલાઈથી પાચન થાય તેજ ખોરાક ખોરાક છે. તેથી લોહી વધશે અને શરીર મજબૂત થશે. કૌનલનો આધાર તો ખોરાક પાચન થવાની શક્તિ ઉપરજ રહેલો છે. જેમ જાણી પચી શકે એવો ખોરાક તેમ પચવામાં વખત ધણો લેશે. આ પ્રમાણે બે વખત ખોરાક લેવાની વચ્ચે વખત ધણો જોવો જોઈએ પણ એ પ્રમાણે તો આપણે કરતા નથી અને અપવાસ જેવું આપણે કદિ સમજતા પણ નથી અને કુદરત એ જ્યારે જરૂરી તરીકે માગે છે ત્યારે આપણે તેના અનાદર કરીએ છીએ. શિયાળામાં દિવસો ટુંકા છતાં માણસો જોઈએ તે કરતાં વધુ ખોરાક ખાય છે અને કહે છે શિયાળામાં પુષ્કળ ખાઈને શરીર પુષ્ટ બનાવવું જોઈએ અને રાતામાતા બનવું જોઈએ, પણ આ તો વળી કુદરતથી ઉલટું છે. કુદરત તો અપવાસ માગે છે-જનવરો પણ વળતો વખત અપવાસ કરે છે. હરણ, સસલાં અને કુતરાં લાંબા અપવાસ કરે છે. શરદ હવામાં શરીરમાં ગરમી હોતી નથી જેથી પાચનશક્તિ મંદ પડે છે. આ કારણથી ઉનાળામાં જ પચે તે શિયાળામાં પચતું નથી. આપણા પાણેલા જનવરો પાછને મંદ જતી ગયાં હોય છે તેઓ

બહારની ઠંડી ખમી શકતાં નથી પણ જે બનવરો વગડામાં ભટકતાં રહે છે તેઓ બહારની ઠંડી ખમી શકે છે કારણ કે તેઓ અપવાસ કરે છે અને ઋતુ બદલાતી જાય તેમ ખોરાક પણ બદલે છે. ધણીખરાં દરદો હદબહાર પુષ્ટિ મેળવ્યાથી ચાપ છે, એટલા માટે શું ખાઈએ છીએ, કેમ ખાઈએ છીએ અને ક્યા આકરમા ખાઈએ છીએ વિગેરે સર્વાંશો ધણાં અગત્યના છે. ધારો કે આપણે ઉકાગેલું પાણી પીએ તો સવાદમા તે ઠીક લાગશે નહીં પણ ઠંડું પાણી પીએ તો કેવું મનનું લાગશે? ગરમ હવાથી થાયું દુઃખશે. એક નાના ઓરડામાં ધણાં માણસો એકાં થવાથી ઓરડામાંની હવા બડી થઈ જશે અને ગુંગાવવા જેવું જણાશે. આ વખતે બહારની હવા માટે આપણને કેવી તકરબ થાય છે? જે ખોરાક ખુટી જાય છે તે ધરમાં ખાધેલા ખોરાક કરતાં વધુ સારી રીતે પાચન થશે; જે ખોરાક રહેલાથી પચે એવા ખોરાકથીજ સરીરને પુષ્ટિ મળશે. આ પ્રમાણે મળેલી પુષ્ટિ હદ ઉપરાંતની નહીં હોય.

હવે આપણે ખોરાકના સંબંધમાં વિચાર કરીએ—જે ખોરાક કુદરતી હાલતમાં બનેલો હોય તે સૌથી ઉત્તમ ખોરાક છે. જે કુદરતી ખોરાક આપણને જોતાંવહેંત ખાવો ગમે તેજ ખરો ખોરાક. જે ખોરાકમાં રાંધવા કરવાનો ફેરફાર કરવો પડે તેમાંથી પાચનશક્તિને ઉત્તેજન આપનારું તત્વ ઓછું થાય છે અને તેથીજ એવા ખોરાકથી મળી જોઈતી પુષ્ટિ કે શક્તિ મળતી નથી. ધણીજ સાદી રીતે રંધાયેલો હોય તેજ ખોરાક સારી રીતે પચી શકે છે. ખોરાકને ખારો, ખાટો, તીખો કે મીઠો બનાવ્યો હોય તે બરાબર પચતો નથી. સેરવા જેવા પ્રવાહી પદાર્થો, ઠંડાં પીણા, ચડા, ડેકેડ, દારૂ વિગેરે પચાવવાં મુશ્કેલ પડે છે. તેના કરતાં કુદરતી સ્થિતિમાં જે નક્કર પદાર્થ હોય તે સારો. પ્રવાહી ખોરાક જનતાં સુધી પાચનશક્તિ માટે સારો નથી.

જે ખોરાક પોતાની કુદરતી સ્થિતિમાં હોય પણ તે જોતાંની સાથેજ આપણને બહારી જેવું જણાય તેવો ખોરાક હાનિકારક છે. દાખલા તરીકે ખંસનો ખોરાક કાચું માંસ ખાવાથી કોઈ પણ માણસ સુગારશે. આવા ખોરાકને રાધો, તેને ખારો, ખાટો, તીખો, મીઠો વિગેરે બનાવો તો પણ તેનો અવશુષ્ક જતો નથી. કુદરતી ખોરાક માટે નીચલી જાખતો ધ્યાનમાં રાખવી:—જે કોઈ ખોરાક કાચો હોય તે હદ બહાર પાડેલા ખોરાક કરતાં વધારે પાચન થાય છે. આપણે એમ ધારીએ છીએ કે કાચું ખાવાથી ઝાડા થઈ જાય છે માટે તે ખાવું નહીં, પણ તે ભૂત ભરેલું છે. કાચો ખોરાક પેટમા જાય છે કે તેને અંદરની ગરમી કે બાહ્ય હાથે છે આવા કેટલાક ખોરાક એવા છે કે જેને પેટની અંદરનો બાહ્ય લાગ્યાથી ઝાડા થઈ જાય છે અને એથી તો એક લેખે સાફજ થાય છે, કારણ કે તેથી તો બહારનો ઝાડા થઈ જાય છે નીચળી જાય છે. કુતરાં કાચું માંસ ખાધા પછી જુલાય લેવા માટે ઘાસ ખાય છે કારણ કે તે જાણે છે કે અમુક જાતનું ઘાસ ખાધાથી જુલાય લાગે છે અને તેથી તે પોતાની પ્રેરણાશક્તિ વડે આખું ઘાસ શોધીને ખાઈ આવે છે. જે માણસોની પાચનશક્તિ નબળી હોય તેમણે તો જ્યાં સુધી પાચનશક્તિ સુધરે નહિ ત્યાં સુધી કાચાં ફળ ખાવાં. અનાજના સંબંધમાં પણ આવોજ નિયમ છે. ખોરાકને ખુબ ચાવવાથી મંત મજબુત બને છે. ખુબ ચાવીને ખાવાથી અને તે ચાવેલા ખોરાક સાથે મોંમાંની અંદરનું ચુંક મળી જવાથી અનાજનો પાચન થવાનો ગુણુ વધે છે. જેમને દાંન સાગ હાય તેઓ અનાજ

ખાધને પણ સારી રીતે શક્તિ મેળવી શકે છે. દાંત ના હોય તેમજ દળેલું અનાજ ખાવું. માંદા માણસો માટે દળેલો ખોરાક સારો છે અને આવો ખોરાક ખાવાથી તેઓ જલદી સાજા થઈ જાય છે. દરેક જાતની રોટલીમાં આખા ઘઉંની રોટલી સાથી સરસ છે. ઘઉંના ચુસાનો રોટલો કે પાઉં બનાવીને ખાવો તે ફાયદાકારક છે. કેટલીક જાતનાં અનાજ એવાં છે કે જેના દાણા ઉપરની છાલને બદલે નેની અંદરનો ભાગ હોય છે તેનો લોટ-આટો બનાવીને વાપરવામાં આવે તો તેવા ખોરાકની ઝાડની કમજોશાત થાય નહીં.

જ્યનેા દાણો ઘોડાઓ માટે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે પણ તે દાણો કેમ આપવો તે જાણવું અગત્યનું છે, જ્યની સાથે તેના છાંન્-ફાતરાં પણ આપવામાં આવે તો તે ખોરાક વધારે પાચન થશે પણ છાંન્ વગરના એકલા જન આપવાથી પાચનશક્તિમાં ખીગાડો થશે કેમકે ચોખો જન બહુ ભારે પડશે. ઘોડાને છાંન્ વગરના જન મિલકુલ આપવા નહીં, છાંન્ વગરના જન આપવાથી ઘોડો જડો થશે ખરો પણ ઘોડા વખતમાં તે કામને માટે નાલાયક થઈ જશે. દાણો સહેલાઈથી પાચન થવાનું કારણ તેનાં છાંન્ છે. ખીજાં અનાજ કરતાં જ્યને છાંન્ વધારે હોય છે અને તેથીજ ઘડું વિગેરે અનાજ કરતાં ઘોડાને માટે જન વધારે ઠીક થઈ પડે છે. જનવરના છાણમાં તે છાંન્ આપણે એમનાં એમ જોઈએ છીએ તેથી એમ નહીં સમજવું કે તે છાંન્ બદલજમીયત કરે છે એજ છાંન્થી તેને અનાજ જરૂર પડે થાય છે. જે રીતે કુદરત આપણને ખોરાક આપે છે તેજ સૌથી સરસ છે.

આપણે કંઈ રીતે ખોરાક લઈએ છીએ તે જાણવું અગત્યનું છે. કેટલાકને દાળ પચતી નથી કેમકે તે બરાબર રાંધેલી-પકાવેલી હોતી નથી. પાતળી દાળ આપણાથી ચવાતી નથી અને પછી તે પચે નહીં એમાં કસુર દાળની થી ? દાળને બરાબર રાંધીને ગાળીને એકરસ કરવી અને આવી દાળ ખાધાથી તે પચી શકશે. ક્કોળ એટલે સીંગામાં જે અનાજ થાય છે તેની ખુખી જાણવા જોગ છે. વટાણા વિગેરેનો રસ કે પાણી આપણે પીએ તો વટાણા ખાવા કરતાં તે રસ કે પાણી પચવામાં ભારે થઈ પડે છે કારણ કે રસ તો પરખારો પેટમાં આથો જાય છે પણ વટાણા કે ક્કોળને સારી રીતે ખાઈને તેનાં ફાતરાં સાથે બરાબર ચાવીને ખાઈએ તો તે વધારે જલદીથી પચી શકે છે. એક મગજુરને ઘણા મહીના સુધી ફક્ત સુદીભર વટાણા ખાધને રહેલું પડ્યું હતું. તેણે પોતાની વાત મને કરતાં જણાવ્યું કે વટાણા કાચા હોવાથી હું મોઢાંમાં રાખતો અને પલંગતા ત્યારે ચાવીને ગળાં નીચે જવા દેતો. આવી રીતે ખોરાક ખાધાથી તેની તંદુરસ્તી ઘણીજ સરસ રહી હતી. આ દૃષ્ટાંત બતાવે છે કે કુદરતી આકારમાંજ ખોરાકને ખાઈએ તો તે સૌથી વહેલો પાચન થાય છે. અલખત દરેક માણસે કેટલો ખોરાક લેવો અને કેટલો નહીં લેવો તે તો હું કહી શકતો નથી કેમકે દરેક માણસની પાચનશક્તિ અને ખાધખોરાકીનું પ્રમાણ એ બન્ને જુદાંજ હોય છે અને એટલામાટે દરેક માણસે પોતાને રચતો અને તૃપ્તિ આપતો ખોરાક ખાવો તેમાંજ ફાવેલો છે. આપણા જુના વિચારના તખીજો ખોરાક મંથંધી કાંઈ નક્કો નિવેડા ઉપર ચાવી શકતા નથી અને અત્યાર સુધી જે શોધ થઈ છે તે મારાં સાબન્સ માટે ઘણી નજીવી જેવી કહેવાય.

પાચનક્રિયા એ શરીરની ગરમીનું પરિણામ છે. તેથી ખોરાક શરીરમાં જુદુંજ રૂપ ધરે છે. ખોરાકમાં થૂન ચણ હોય તેવીજ શરીર તંદુરસ્ત બને પછી ગંભે તો તેને ખાંટો

બનાવો કે મીઠો. ખાટુ મીઠું બનાવતા તેમના બાક ઓછો થાય છે કે તરતજ તેનો પાચક ગુણ મરી જાય છે અને તેથી એવો ખોરાક જરૂરપત થવો મુશ્કેલ થઈ પડે છે અને પેટમાં તે જોઈએ તે કચ્છા વધુ વખત ગેરના પામે છે અને તેને લીધે પુષ્કળ ગંભી ઉબગાય છે, એવો પદાર્થ પેટમાં એકઠો થયાથી લોહી જમડે છે અને અંદગ્ના બાગો સડે છે.

પાચનક્રિયા તો મોહામાજ પ્રથમ શરૂ થાય છે, પડી હોજરીમાં ખોરાક જઈને ત્યાના પદાર્થો સાથે મળી જાય છે. ત્યાની ગંભી લાગના ખોરાક છુટો પડે છે અને પાણી જેવો પદાર્થ પાચનમાં મદદ આપે છે તેની સાથે મળી જઈને શરીરમાં ફેરે છે અને પરિણામે બાક-ગરમી વધે છે. જે પદાર્થ શરીરની પુષ્ટિ માટે જરૂરનો નહીં હોય તે શુદ્ધ અને ચામડીમાં એકઠો થાય છે. કેટલીક વખતે નહીં ચનાય એવો ખોરાક કેટલાક જનવરો ઘોડા વખતમાં પચારી દે છે. ટાપલા તરીકે હાડકા, પથરા, ચાક. એના પ્રાણીઓના બહાર નીકળેલા કચરો આપણે જોઈએ તો તે તદ્દન નરમ દેખાશે. માણસની હોજરીમાં ખોરાક લગભગ એક અઠવાડિયા સુધી રહે છે, જેથી ત્યા બાક વધી પડે છે અને તે ચામડીમાંથી પરમેવા મારફતે અથવા પરન મારફતે બહાર નીકળે છે. આવો પરન કદિ પણ અટકાવવો નહીં.

જો બહાર નીકળતો પદાર્થ નરમ, જુરો અને એકઠો નીકળે તો જાણવું કે પાચન ઠીક છે. વળી તેના ઉપર ઓટો એવો પદાર્થ હોવો જોઈએ. આવો બનાવ જનવરોના સંબંધમાં અને છે તેમ માણસ જાતમાં પણ હોવું જોઈએ. જ્યાંથી પદાર્થ નીકળે છે તે જગ્યા એવી કચેલી હોય છે કે જો આપણી પાચનક્રિયા બરાબર હોય તો તે બાગ કદિ પણ ખરાબ થતો નથી અને આપણે પાણી કે કાગળ વાપરીએ છીએ તે બતાવે છે કે આપણી પાચનશક્તિ એટલી ખરાબ છે. વળી બહાર નીકળેલો કચરો વાસ પણ મારવો નહીં જોઈએ, તોજ તે તદ્દન સ્ત્રીની નિશાની કહેવાય જ્યાં વાસ આવે ત્યા સમજવું કે બદ્ધજમીયત છે કચરો ગંભી તો કાઢવાજ કરે છે તેથી તે વેળાએ ખરાબ પરન આખા શરીરમાં ફેરી વળે છે અને આતરડાને કચરો વગગી રહે છે જેમ જેમ વખત જાય છે અને કચરો બહાર નીકળતો નથી તેમ તેમ ચામડીની હેઠળજ કચરો એકઠો થાય છે. આમ થવાથી શરીરની ગરમી-ટેમ્પરેચર ઓછી થવા માડે છે. લોહીની તમામ નળીઓ પણ પુરાં જાય છે અને તેથી જે લોહી ચામડી સુધી પહોંચવું જોઈએ તે પહોંચી શકતું નથી, તેથી ચામડીનો રંગ રહેજ કાગળા પડડતો જાય છે અને મુઠ્ઠા જેવો દેખાવ લાગે છે. લોહીમાં પેસાળના સમૃદ્ધ થાય છે તો ચામડી રેતાશ પડે છે નહીં તો પીળી અથવા રહેજ લીલાત વાગી દેખાય છે. ચામડીની ઠંડી અને અંદરની ગરમી એ બેથી અંદગ્ની ગ્રાસ સમ્પન્ન થાય છે અને આખા શરીરનો આકાર બદલાવા માડે છે અને તે ચહેરા ઉપરથી રોગ પારખવાતુ મારૂ સાધન છે તેવી માલુમ પડી આવશે. તે ઉપરથી માથુ, કાન, આખ, વિગેરેના દરેક થાય છે આ મૂળ મુદો જે સમજી શકાય તો તદુગરતીવ આખુ પ્રકરણ ખુલ્લુ થઈ જશે અને વળી તમે સમજી શકશો કે દરેકો સારા કરવાની હાવની જે રીઠી છે તે કેટલી જુવમરેલી છે

કેટલાક માણસો કહે છે કે અમારી બૂખ જડુ સારી છે આપણે પૂછીશું એમ કેમ ? તો તેઓ કહેશે કે લોહું અને પથ્થર પણ ખાઈ જઈએ તો તે પણ પચી જાય છે પણ તેઓની પાચનશક્તિ તેઓ જાણાવે છે એરી સારી નથી હોતી. જેઓ અધમણ ખાય અને મણ પાણી પીએ તેઓને જેમ-જેમનાં ચીરટ કુકે કે દારૂ પીએ તેથી શુણ થાય છે અને

અનુભવ થાય છે તેની પેઠે હોજરીમા તો જેટલો ખોગક ભગ્નો એવો ભગશે પણ તેથી થશે એ કે હોજરી વધારે ને વધારે નમળી પડતી જશે અને વધાવનો ખોરાક રોગ ઉત્પન્ન કરશે તંદુરસ્ત માણસને ભુખ તૃપ્ત થાય તેવી વધાર ખાવું મનગર નથી કદરતી કારણેના અટકાય થયો કે આગળ કામ થતું અટકે છે. એક ખોરાક પુષ્ટિ ત્યાગે આપી શકે કે જ્યારે હોજરી તેને જરૂર નથી મળે. ખોગક જેટલો ખાવો અને કેમ ખાવો તે માણસની હોજરીની હાલત ઉપર અને તેની ડાહી ઉપર જ આધાર મળે છે ચોખાની રોટલી, તાલ ફળ, અને શામ્ભાણ કે જેમા ખટાસ વિગેરે નહીં હોય તે મર, માખ, ધંપ, માટલી વિગેરે કરતા સારો ખોગક છે. જો કે માંસ અને ઇંડામા પણ ઘટના તત્વો છે અને તેથી તે ખાવા એ તે કાંઈ ફલીલ કહેવાય ?

શરીર મથના એવી છે કે અનાજ પાણીમાથી પોતાને પુષ્ટિ આપતાઃ તત્ત્વ ખેતી શકે છે. આવેલી રોટલી હોજરીમા જતા તુરિ મની મળે છે અને પાચનક્રિયા થતા તેમાથી પુષ્ટિમારક તત્ત્વ શરીરને પુર પડે છે. આથી શરીર તદુરસ્ત બને છે અને કયરો જે નીકળે છે તે એજ ખોરાકનો છે. ક્ષત આકાશ અને રંગ નદનાય કે જેઓ તમીની વિધાને ધરે છે તેઓ કુદરતના પુક્રમોના અનાદર કરે તે ત્યારે એટલા પ્રમાણમા દુઃખ બોગવે છે જેનો પુનઃ લશ્કરના બનાવોમાથી વારવાર મળી આવે છે એના તો પછાએ હજી કે જેઓએ અનુભવપૂર્ણ કુદરતના કાયદાનો ભગ કર્યાથી દુઃખો બોગની ચૂમ્યા હશે, જેવું કાચુજ મેડી-કય સાધનસમા આધળો વિશ્વાસ મૂકવાનું છે. પેસીશીક મદાસાગરમા હોનોપુલુ નામનો ટાપુ છે ત્યાંથી એક માદગી લખે છે કે અહીંયાના દેશીઓ અંગ્રેજોના આગ્રા પહેલા પોષ નામના આટા ઉપર જીવતા હતા અને ફળફળાઈ ખાતા હતા તેથી તેઓ પ્રથમ બહુ જોનાવર હતા પાલખથી સુરોપીયોનોના દાખલ થયા બાદ માસ, મરથી અને દારૂનો ઉપયોગ વધ્યો અને લોહિ નબળા બનના ગયા. ગાયતું માસ તો હવે માધારવ થઈ ગયું છે હાની-આન મીદિ ૧૮૧૬ મા પોતાની અમલ રૂઢી ફેરવી નાખી અંગ્રેજોના જેવી રૂઢી દાખલ કરી. પશ્ચિમ એ આબ્જુ કે ખાસી, કોહ, રમ્પિત, સ્ત્રી-પુરુષોના, દરેક, વિગેરે મોગો ફેલાયા અને હવે તે સાંવારણ ચર્ચ પડ્યા છે વળી તે ઉપગત ગરમ ઝરતુ, ઠંડી ઝરતુ કરતા દર-દને વધારે જલદી ઉત્તેજન આપે છે જેથી ત્યાં દરેક બેદર ફેનારા છે આ દક્ષત કુદરતી અને અકુદરતી ખોનાક વચ્ચેનો તફાવત જુઓ કે છે

આપણે શરીરની અંદર જે ચીજો લઈએ છીએ તે પ્રથમ ફેફસા અને પછી હોજરીમાથી પસાર થાય છે નાક ફેફસાનો અને જીભ હોજરીની રખેવાળ છે. ફેફસા માટે સૌથી મરસ ખોગક પહાડ ઉપરની હવા છે તે હવા લેતી મળે આપણે નામ પણ પ્રસન્ન થાય છે પણ ધારો કે મધ માગતા એરકામા હોઈએ તો ત્યાંની ખરાબ હવા રોજરોજ લીધા કર્યાથી આપણે તે હવાથી એના તો ગેવાઈ જઈએ છીએ કે ત્યાં ગહેલા આપણને મુગપણ ચડતી નથી પણ તે હવાની ખરાબ ગસરો પાછળથી રોગ મારફતે મદાર દેખાઈ આવે છે અને મુંઝવાની શક્તિ જતી ગહે છે ત્યારે કુદરત આ રીતે આપણને સજા કરે છે

આ પ્રમાણે જીમના મનુષ્યમા પણ છે અને જાતના મનુષ્યો વેતા જીમ એટલી તો પતોગાઈ બધ છે કે આપણાં પછી જીવના સ્વાભે ઉપર આધાર મળી ગકાતો નથી શરીરને પુષ્ટિકારક તત્વો જોઈએ છીએ પણ અકુદરતી ખોરાક લઈએ છીએ તો દરેક ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે કુદરતી ખોરાક તે કયો ? તે માટે સાવન્ટીરીક પદ્ધતિએ કામ લઈયું.

૧. આપણે જોયેલી બાબતો એકી કરીશું.

૨. તે ઉપરથી અનુમાન બાધીશું.

૩. અનુમાયક કરીશું.

હવે એ જાતની શોધખોળ કરતા પાર આવશે નહીં માટે જે જગ્યા ઉપર જેઓ વસતા હોય ત્યાની વાત કરવી પુરતી થશે, કારણ કે નહીં તો એ બાબત એટલી તો મોટી છે કે તેની ઉંડાણમાંથી જોનાં ઘણા વખત નીકળી જાય, માટે પહેલા તો આપણે જે જન-વરો માણસના જેવા લાગતાં હોય તેના ખોગકની મહેન્ટ પરીક્ષા કરીશું.

જો એક છોડવો દરીયાના પાણીને કિનારે ખારી જમીનમાં ઉતારા હોય તો તેને બીજી જમીનમાં લઈ જઈને વાગ્યાથી તે મરી જશે. એક સૂકી જમીનમાં ઉગતા છોડવાને જો વાડીમાં રોક્યો હોય તો તે ત્યાં મરી જશે. આ પ્રમાણે પ્રાણી માત્રમાં પણ અને છે. તેઓમાં પણ એક એકમાં એટલો તો તફાવત છે કે તેઓના ખોરાક પ્રમાણે તેઓને જૂદા જૂદા ભાગમાં આપણે મૂકી શકીએ.

સાધારણ રીતે આપણે પ્રાણીઓને એ વર્ગમાં મૂકીએ છીએ. (૧) માંમાહારી અને (૨) શાકપાન, વનસ્પતિ અને ઘાસ વિગેરે ખાનારા. પણ તેમાં આપણી ભૂલ છે. વધારે ખારીકી અને ઉંડાણમાં જતા આપણને માલુમ પડશે કે માસ ખાનારામાં જંતુખાનારાં પ્રાણીઓ માસ ખાનારાઓથી જૂદાજ પડે છે અને તેજ પ્રમાણે ઘાસ ખાનારાં, ફળફળાદી અને બીજી ચીજો ખાનારાંઓથી જૂદા પડે છે. વળી કેટલાક જનવરો તો ફળફળાદી તેમજ માસ એ બંને ઉપર આધાર રાખનારા છે. વળી એક જનવરના અવયવો ઉપરથીજ કંઈ શકાય કે તે કયા વર્ગનું છે, કેમકે કુદરતે જેવા અવયવો બનાવ્યા હશે, તેને સરળ પડ-તોજ ખોરાક તેઓ ખાશે. ઘણુંખડું દાત ઉપરથી એવું પરખાય છે. તે ઉપરાંત ખાવાનું જરૂર પડેલાં નળી, તેઓની મુઠવાની ધન્દ્રી અને પોતાના બચ્ચાઓને ઉછેરવાની તેઓની રીતી ઉપરથી માલુમ પડી આવે છે કે તેઓ કેના વર્ગમાંના જનવરો છે. આપણે જાણીએ છીએ તેમ દાતને ત્રણ વર્ગમાં જૂદા પાડેલા છે. (૧) કઠકરને માટેના દાત, (૨) ચાવવાને માટેના દાત અને (૩) આગલા દાતો. માસ ખાનારા જનવરોના ખુધ્યા મોટા કરતા વધુ નીકળેલા હોય છે, કેમકે તેઓને પોતાનો શિકાર તે વડે પકડીને ખાવો સગરક ભર્યો થઈ પડે છે. વળી કુતરો બિલાડા જેવા જનવરોના આવવાના દાતો જરા પણ વધેલા હોતા નથી, કેમકે તેઓને ફક્ત, જે માસ ખાય છે તેને આગલા દાતો અને ખુધ્યા કીમતી મદદ કરે છે. એક કુતરો પાક ચાવવાની મહેનતને લીધે ઘણું ખર્ચ તે એમનો એમ ગળી જશે.

ઘાસ ખાનારાં જનવરોના આગલા દાતો માત્ર તેઓના બચાવને માટે છે. દાદો અને પાછલા દાતો ઘાસ ચાવવામાં અને જુકો કરવામાં હીક મદદ આપે છે. ફળ ફળાદી ઉપર જીવનારા જનવરોની મંખ્યા થોડીજ છે અને તેમાં માણસને લગભગ મળતા વાદરાં છે. તેઓના દાતો લગભગ સગળાજ રહે છે, જો કે તે દાતો ઘણા મજબુત હોય છે, અને તે દાતો કુદરતે એની રીતે ગોઠવેલા છે કે તે વડે માસ ખાઈ શકાયજ નહીં. હવે માણસ જાતને સૌથી વધારે મળના આવના આ બધામાંથી કયા મળે છે તે જોઈએ. માણસના દાત જુઓ ને જે પ્રાણીઓ વનસ્પતિ ખાતા હોય તેમના દાત જુઓ તો બંને સરખાજ જણાશે. માણસના આગલા દાત તે પ્રાણીઓના આગના દાંત જેવા લાગ્યા નથી હોતા એ

આગલા દાત ઉપગ્રવી જલ્યાપવામાં આવે છે કે માણસ માસ ખાતું પ્રાણી દરો પચુ નથી, તેમ હોય તો માણસને માસ તોડના સારૂ ગેવાજ પાગલા દાત હોવા જોઈએ તેમ નથી. આપણા અનુમાન એ છે કે—

૧. માણસના માંસ માસ ખાનાગ જનવરોના દાત જેવા નથી અને તેથી માંસ માં ખાનાઈ પ્રાણી નથી

૨. માણસના દાત ધામ ખાનારા પ્રાણીઓના દાત જેવા નથી તેથી માણસની ધા ખવાતું નથી.

૩. માણસના દાત વનસ્પતિ ખાનાગ જનવરોના દાત જેવા છે તે માણસો વનસ્પતિઓની કહેવાય

કેટલીકનાર કહેવામાં આવે છે કે માણસના દાત એવા છે કે માંસ પચુ ખાય અ વનસ્પતિ પચુ ખાય માટે તે બન્નેની વચ્ચેના વડના દાત છે, પણ આ મુજબ ટકી રહે જોઈ નથી. કારણકે એમાં કશી માયન્ટીરીક દલીલ આવતી નથી

હવે જનવરોની પાચનક્રિયા તરફ નજર ફેરવો જે જનવરો માંસ ખાનાગ હોય તેમ જ હોજરી નાની અને ગાળ હોય છે અને આતરડા શરીરની લબાઈ કમતા ત્રણ થી પાંચ ગણ લાંબા હોય છે. ધાંસ ખાનારા જનવરોને બેવડી હોજરી હોય છે અને શરીર કરતા આતરડા ૨૦ થી ૨૫ ગણ લાંબા હોય છે. વનસ્પતિ ખાનારાઓની હોજરી વધારે પહોળી હોય છે અને હોજરીની પાંચે એક નાની ડોચળી હોય છે જેને બીજી હોજરી કહી શકીએ તેના આતરડા શરીરની લબાઈ કરતા ૧૦ થી ૧૨ ગણ લાંબા હોય છે. એક વર્ગ એમ જણાવે છે કે માણસની હોજરીનું આતરડું શરીરની લંબાઈ કરતા ૪ થી ૫ ગણ લાંબુ હોય છે અને તેથી તે માંસ ખાઈ રહે એમ હોય છે. બ્યારે દાત એમ બતાવે છે કે તે વનસ્પતિ ખાઈ શકે ત્યારે હોજરી કેમ જણાવે કે તે માંસ ખાઈ શકે ? માણસના આતરડા ૧૬ થી ૨૮ ફીટ જેટલા લાંબા હોય છે અને માણસનું શરીર માથાથી તે કડોડના છેડા સુધી ૧૧ થી ૨૧ ફીટ જેટલું હોય છે આ બન્ને આકારને ભાગના પચિસામ ૧૦ થી ૧૧ આવે છે અને તેમ બતાવે છે કે માણસ વનસ્પતિઓની છે

હવે ખોરાક જે અવયવો મારફતે અંદર ઉતારીએ છીએ તેની તપાસ કરીએ—એટલે કે આપણે સુધવાની અને ચાખવાની ધન્દીઓ મારફતે ખોરાક પાગખીએ છીએ. બ્યારે એક માસાહારી પ્રાણી પોતાનો શિખર જુએ છે કે તેની આખો ચળકવા માટે છે અને શીકાર પકડાયે કે તેનું લોહી પી જાય છે, જેથી તેને અત્યંત મજ પડે છે જો વનસ્પતિઓની પ્રાણી હોય છે તો વાસથી તે માંસ ખાના લનચાશે નહીં અને જે કુદગતી બે ગમ હોય તેના ઉપર લોહીનો છોટાજ પડે હોય તો તેને તે આડકશે પણ નહીં. પોતાની સુધવાની શક્તિથી તે ધાંસ ચારા કે વનસ્પતિ તરફ ખેચાશે માસાહારી અને ધાંસ ચારા વનસ્પતિ ખાનારા પ્રાણીઓની હકીકત આ પ્રમાણે છે

માણસની ધન્દી શુ શુ કામ કરે છે ? એક બકરને કાપી નાખવામાં આવતો દરો ત્યાં ઉભા રહેવાનું શુ માણસને ગમશે ? ધારો કે એક બાળકે માંસ ખાધું પછી બકરો કાપવા વિશે તે કશું જાણતું નથી. હવે એકલા બકરને જોઈને તે બાળક શુ નાચવા કુદવા માડશે કે એમાંથી તેને માંસના ટુકડે ટુકડા મળવાના છે ? જ્યારે આપણે જીવતા જનવરો અને મારેલા

જનવરો વચ્ચેનો તરાવન જોઈએ છીએ ત્યારેજ આપણને વિચાર આવે છે કે માણસને માટે કુદરતે માંસ સરખ્યુજ નથી. *Vallabhyee Ramjee.*

મારી નાખવુ, કાપવું, કાચુ માંસ ખાવું એ આપણી ઇન્દ્રિયોના વિરુદ્ધ છે, વાહ, કસાઈખાના શહેરની બહાર કેમ રાખવામા આવે છે ? માંસ ઉઘાડું નહીં લઈ જવાના કાયદા શા માટે ઘડવામા આવે છે ? માંસ ખાવા પહેલા મરી મનાલો શા માટે નાખવામા આવે છે ? માંસની વાસ કેની લાગે છે ? બીજા હાથ ઉપર હવે ફાફળાદીની વાત કરીએ. તે હાથમા ત્યો તો કેવી સુખ ' વળી તે જોતા પહેલંજ મોઢમા પાણી જેવું છુટે છે એટલે કે તે ખાનાને મન ફેવું તવપી ગ્રે છે. આવીજ રીતે અનાજ અને વનસ્પતિ ડેવા મિથ - મધુરા લાગે છે. રાધવાથી તેની ખરામ વાસ આવે છે ? આ બધુ બતાવે છે કે માણસોને કુદરતે વનસ્પત્યાહારી બનાવ્યા છે.

હવે એક બીજે વધુ પુરાવો આપીશ. જનજાતના ઝાડપાન અને પ્રાણીઓ કુદરત કેમ ઉછેરે છે તે જુઓ. જેતુ એક પ્રાણી જન્મ્યુ કે તેના શરીરની ખીલનણી થાય એવો જોગક તેને જોઈએ છીએ. બાળકને માતાનું દુધજ પુષ્ટિ આપશે. અહીંયા જન્મ્યાનુ પડશે કે શારીરિક નમજાઈને લીધે ઢમનશીમે ઢટીક માતાઓ પોતાના માગકોને ધવરાવની નથી આથી બાળકોને શરૂઆતથીજ નુકસાન થાય છે, કાચુ કે બાળકને જન્મની માથેજ માતુ દુધ જોઈએ અને તેના તે કુદરતી જોગક નિવાય બીજે કોઈ જોરાક તેને બધ ખેસેજ નહીં. અનુભવથી જાણવામા આવ્યુ છે કે જે માતાઓ માંસ ધાવુ ખાય છે તેમનું દુધ સુકાઈ જાય છે જેથી પોતાના બાળકોને ધવરાવના માટે ધાવો કે આવાઓ રાખરી પડે છે કે જોઓએ ગામડામા શાકભાજી અને દુધ ઉપજળ છવન ગાંબેલુ હોય છે. આરી ધવરાવનારીઓ અને આવાઓ પડીથી માંસ ખાનારીઓ થઈ જાય છે જેથી તેમને ધાવણ ઉત્પન્ન થતું નથી. લાખી સુસાઈરીમા માતાઓને ઝાઢની કાજી આપવામા આવે છે કાચુ કે એકયું માંસ આપવામા આવે તો દુધ સુકાઈ જાય, આ ઉપગથી પુરવાર થાય છે કે માંસ ખાનાથી ધાવણ સુકાઈ જાય છે.

હવે આપણે જોઈશુ તો માલમ પડશે કે ધણા ખસ માણસો કુદરતી જોરાક છોડી એકા છે. શુ આ પ્રમાણે બીજા પ્રાણીઓએ પોતાનો કુદરતી જોગક છોડી દીધો છે ? જો તેઓ તેમ કરે તો શુ થાય તેની કલ્પના પણ આસરી મુશ્કેલ છે.

તમે ધારો તો કુતરા બીલાઈને વનસ્પતિનો જોરાક આપીને ઉછેરી શકો પણ વનસ્પતિ ખાનારા જનવરોને તમે મામતો જોરાક આપીને ઉછેરી શકો ? એક કુટુંબમા એક દરણુ હતું જેને લા રહેતા એક કુતરા સાથે મિત્રાચારી થઈ. કુતરાને જોઈને દરણુ પણ માસનો સેરવો જરાજરા ચાખરા લાગ્યુ અને ધિમે ધિમે તે વધુને વધુ પીવા લાગ્યુ પડી તો તે માંસ પણ ખાવા લાગ્યુ અને કુદરતી જોરાક સદતર છોડી દીધો. પરિણામ એ આવ્યુ કે એક વગસમા તે દરણુ મળ્યુ પામ્યુ. આ પ્રમાણે માવૂમ પડ્યુ છે કે વાદરો કે જે વનસ્પતિ ખાય છે તેને પાજરામા રાખીને માંસ આપના માણુ તો તેણે તે ખાધુ ખર પણ થોડીજ સુદતમા તે મરી ગયો આ પ્રમા ૧ વગી એક જનવરને બીજે ડેમણે લઈ જનામા આવે છે ત્યારે તે મરી જાય છે અને તે વખતે એમ કહેનામા આવે છે કે તે તો હવાને લીધે અન્યુ પણ ખરી નેતે જોતા તો તે અકુદરતી જોગકને લીધે મરી જાય છે જ્યારે જનવરો

કોઈક વેળા પોતાના કુદરતી ખોરાકથી વેગળાં જઈ શકે છે ત્યારે માણસો જય તેમા શી નવાઈ, પણ તે અકુદરતીપણાની સજ તરીકે દરેક કાર્ષ્ણિકો જાણે થતા નથી.

ઘડપણને લીધે મરણ પામનારા માણસોની મંખ્યા બહુ થોડી હોય છે. આ એવું બતાવે છે કે જે માણસોમા વધારાનો પદાર્થ નથી હોતો તેવા માણસોની સખ્યા બહુ થોડી હોય છે. ગામડે ગોઠડે જે માણસો રહે છે તેમને વનસ્પતિના ખોરાક ઉપર જીવન વિતાડવું પડે છે અને તેથી તેઓ કેવા તદુસ્ત રહે છે તે જણાવવાની કશી જરૂર નથી. સઘળા દાર-જોખાં ખોરાકનો સવાલ મહત્વનો છે. દાખવા તરીકે જનવરો તમેવામા રહે છે ત્યારે તેમને બહુ ગંધાલી હવા મળે છે અને હરવા ફગવાની ઝાઝી જગ્યા તેઓને મળતી નથી છતાં તેઓ ઘાસચારો ખાઈને રહે છે અને આપણા કરતા તેમનામા ઓગ મેગ હોય છે, તેવું કારણ ત્યારે ખોરાકનું છે.

વનસ્પતિના ખોરાકની સામે જે મુદ્દા જીવ કરવામા આવે છે. પહેલાં એ કે માણસ ઉતરતા પ્રાણીઓ કરતા જૂનીજ રીતે બનેલું છે અને તેથી તેના ઉપર જે સ્થિતિઓ અસર કરે છે તે જૂનીજ હોય છે ખીજે મુદ્દો એ છે કે લામા વખતથી માણસ જાત માસ ખાતી આવી છે તેથી કાર્વિનની થીયરી પ્રમાણે માણસ માસના ખોરાકને બંધ બેસવું થઈ પડ્યું છે. એનો અર્થ એ કે એ બંધ બેસવાને લીધે માણસ જાતની ઓલાદ જાણે ફેરવાઈ ગઈ છે અને ખીજું એ કે પુખ્ત ઉમરનાઓ હવે પોતાને નુકસાન કર્યા વગર માસને ખોરાક છોડી શકે નહીં. એનો જવાબ આપવાને માટે આપણે અજમાયશનો અનુભવ ગો છે તે જોઈશું. મારો અનુભવ કહે છે કે જે બાળકો નાનપણથી કુદરતી ખોરાક ઉપર ઉઠેલા તેઓ તદુસ્ત રહ્યા છે. વળી અનીતિનો એક ખીજો સવાલ ઉભો થયો છે કે જે યુવાનોમા મોટે ભાગે માલૂમ પડે છે, તેવું કારણ હવસ-વિષયવાવસના-છે હવસને મારવા સાક પાછગીઓ-ધર્મશુદ્ધિઓ-અપનાસ કરે છે. ઢેલકાકે તો પોતાના શરીરને આગુકના ફટકા મારે છે અને ખીજા તપ, નિયમ વિગેરે કરે છે. હવે એને બદલે અનીતિનો મગ ઉપદ્રવ કરનાર છે તેનેજ દામી દેવામા આવે તો અનીતિનો દેવ દમાવી દેવાય; અને તે ઉપાય એ છે કે કુદરતી ખોરાક ઉપર બાળકોને ઉછેરવા. આમ કરવાથી શરીર ઉપસત મગજ પણ ખીવરી શકશે શીલસુદે! કહેશે કે મંત્રોપથી મગજ ખીલે છે અને મગજ જેમ સાન અને મંત્રોપી તેમ મણસની લાગણીઓ અને આચારવિચાર પણ કાનુભ ગ્હી શકે છે અને આ ગુણ વનસ્પતિના ખોરાકથીજ મેળવી શકાશે.

લખાણ નહીં કરતા અમે જે વનસ્પતિ ખાતા માટે સૂચના કરીએ છીએ તેઓનોજ દાખવો તમારી સામે પડ્યો છે. અમે આ ધોરણ રીકારીને તે માર્ગજ જઈએ છીએ તો તેમા કશુંજે વજીર-સત્ય-નહીં હોય? કેટલાક વનસ્પત્યાહારીઓને માસ ખાતા સખ્ત માદગી લાગુ પડેવી તેથી તેમને માસનો ખોરાક છોડી દેવો પડ્યો હતો સઘળા વનસ્પત્યાહારીઓ રૂઢપુઢ હોવાજ જોઈએ એવું કાંઈ નથી, પણ આરા દરદીઓ સામ યાય છે અને સામઓ લાખી જીવગી ભોગવે છે.

થીઓડોર હલ નામનો તમીન થઈ ગયો તે ૨૯ મે વર્ષે મરવાની આગી ઉપર હતો પણ તે વનસ્પત્યાહારી થયો અને ખીજા ૩૦ વર્ષે જીવ્યો તેણે મગ મન્દી ખાવાનું ચાંતુ રાખ્યું હોત તો તે કદિ ૫૮ વર્ષનો થરા પામત નહીં, તે ૩૦ વર્ષે વડુ જીવ્યો હતો તોપણ એકાને તેથી મતો ઉપરજો નહીં

દરદો સાગ્ન કરવાની નહીં રહી મુજબ કુદરતી ખોરાક તેજ કે જે ગાંતતંતુઓ અને ઇન્ડ્રીઓને ઉત્કેરિ મૂકે નહીં અને અનુભવ પણ એમ જણાવે છે કે ખાટા અને તીખા ખોરાક નહીં લેવામા આવે તો દરદ વહેલું સાબું થાય છે. જેઓ માસ મરછી અને દારૂ તાડીમા મસ્ત રહે તેઓનું દરદ વહેલું સાબું થવું અસક્ય છે, કારણકે તેથી શરીરમાં વધારાનો પદાર્થ વધેજ નય છે અને તેથી રોગ વધતોજ રહે છે. પરિણામે દરદીને ગેરલાભ થાય છે, એવાં ઘણાં માણસો છે કે જેઓ જોઇએ તે કરતાં વધુ કામ કરે છે અને આરામ લઇને પાછા સાગ્ન થાય છે. શરીરમા એકડો થયેલો વધારાનો પદાર્થ માસાહારીઓના કરતા વનસ્પત્યાહારીઓ વધારે રહેલાઇથી બહાર કાઢી શકે છે. ત્યારે હવે ખાવું શું અને પીવું શું ?

પ્રથમ પીવાની વાત લઇએ. જનવરો ચોખ્ખા અને ઠંડા પાણી સિવાય બીજા કાંઇ પણ પીણા તરફ આકર્ષાતા નથી. તેઓ નદી નાળાંમા વહેતાં પાણી પીએ છે પણ પહાડો-માંથી વહેતા ઝરણામાંથી પાણી પીતા નથી. એ બતાવી અપે છે કે જે પાણીમાં સૂરજનો તડકો પડતો હોય અને જે પાણી રેતી ઉપર થઇને વહેતું હોય તે નાળાંના પાણી કરતા વધારે સારું છે. માણસોએ રસદાર ફળફળાદી ખાવાં તે બહુ લાભદાયી છે ફળો રસ ખાડમા નાખી તેમાં પાણી ઉમેરી તે રસ પીવો તે ફેટલીકવાર નુકસાનકારક છે. જેઓ રસવાળા ફળો ખાય છે તેમને પાણીની જરૂર પણ પડતી નથી. જેમને તંદુરસ્તી જળવવી હોય તેમણે પાણી સિવાય બીજા કોઇપણ જાતનું પીણું બિલકુલ પીવું નહીં.

બીજી વાત હવે ખાવાની રહી. કુદરત તો આપણને ફળફળાદીના ખોરાક તરફ આકર્ષે છે કે જે ખોરાક સૌથી સરસ છે. જે અનાજ, કંદ, ફળ અને શાકભાજી આપણી સુધવાની, જોવાની અને ચાખવાની ઇન્ડ્રીઓને પસંદ પડે તે સૌથી ઉત્તમ ખોરાક છે. આવો ખોરાક બહુ ઠંડા મુલક સિવાય સધળે ઠેકાણેથી મળી આવે છે. જ્યાં ફળફળાદી ના હોય એવો મુલક કે દેશ રહેવા લાયક નથી. ફળફળાદી વગરના દેશના લોકોના શરીર અને મગજ પ્રકુલ્લીત રહેતા નથી.

બીજી શકે ત્યાં સુધી કુદરતની બક્ષીસ તેના કુદરતનાજ આકારમાં ખાની. આણું કદાચ બની શકે એમ નથી કારણકે આપણી તંદુરસ્તી હલકા પ્રકારની થઈ પડી છે. હાયે બનાવેલી દરકોઇ ચીજો જેવી કે અચાણા, ખારા, ખાટા, તીખા પદાર્થો વિગેરેથી દૂર રહેવું જોઇએ કારણકે તે બધું અકુદરતી છે. માદામલીદા અને ખાડ વિગેરે જેમ અને તેમ ઓછા ખાવા અગર અને તો બિલકુલ ખાવા નહીં.

આજકાલ બોગક બહુ અપૂર્ણ રીતે રાધવામા આવે છે. જે પાણી ઉકાળવામાં કામે લાગે છે અને જેમા ખંડ પુષ્ટિકારક તત્વ છે તે ટોળી નાખવામા આવે છે અને જે વનસ્પતિ ધોવાઇ ગઇ હોય તે હોશેહોશે ખાવામાં આવે છે. વનસ્પતિને જેમ અને તેમ બહુ થોડા પાણીમા ઉકાળવી. આવા પ્રકારનો ખોરાક કેમ ગધેનો તે મંથથી વનસ્પતિ રાધવાની ચોપડી વાચવી કે જેનો લેખક બ્રાહ્મજી નામનો માણસ છે. તેની કીમત ૦-૧૨-૬ છે. તેમાં જણાવવામાં આવેલા તમામ વાનીઓ ખાંદા માણસથી ખરાબ એમ નથી. પેટમા પતન ભરાય કે રુદાદ ઉરો થઇ જાય તો જાણવું કે સીસ્ટીમા કાંઈક પણ જગાડો છે જેથી દરદી પોતાની મેજે શોધી કાઢે કે શું ખાવું અને શું નહીં ખાવું-શું પીવું અને શું નહીં

પીનું, સોથી સરસ ચીજ ચોખાની રોટલી છે અને તે બરાબર ચાવીને ખાઈ અને તેમ નહીં તો ચોખાને ખુબ મધીને તેની ખીર બનાવીને પીતી. દરદીએ બહુ સાવચેતીથી ખોગક ખાવો અને પસંદ પણ કરવો. વળી ખોરાક મો એવો મનપસંદ હોય તોપણ તે જો હદ ઉપરાંત ખાધો તો હેરાન થઈ વગર ગહેશે નહીં.

મોંઘ માણસોને માટે જલની કાછનો ખોરાક આથી ઉત્તમ છે. આ કાછમા લગાર મીઠું અને ઉકાળ્યા વગરનું દુધ નાખવું. દુધ ઠંડું અને ઉકાળા વગરનું લેવું જો મુશ્કેલી પડી કે સ્વાદ પછી ઠીક નહીં લાગે તો સમજવું કે તે પીવું સાફ નથી. ઉકાળેલું દુધ પચી શકતું નથી, જે રોગીષ્ટ પદાર્થો દુધમા હોય તે ઉકાળ્યાથી નાશુદ થતા નથી અને તેથી ઉકાળેલું દુધ ઘૃષ્ટિકારક નથી હોતું. કઢેલા દુધથી શરીર જાડું થશે પણ મગસુન નહીં થાય. ખોગક સાથે તાજાં ફળ ખાધાથી ઘણો ફાયદો થાય છે તદુસ્ત માણસોને જાત જાતની વનસ્પતિ ખાવાને હરકત નથી એસપેરેગમ કેનીફલાવર વિગેરે લીલાં શાકભાજી ખાવાથી તદુસ્ત માણસોને લાભ થાય છે અને શાકભાજીની વાનીઓ વનસ્પતિની પકવાન પોથીમાથી મળી આવશે.

જેઓ ખવડે માઘ હોય તેઓએ માદામા સાંગેળ ખોરાક લેવો. જે ખોગક ચરાય તેજ ખાવો. આવા દરદીઓએ તો ઘઉંની રોટલી અને ફળફળાદી ખાતા આથી સ્વાદ ઉપર શી અસર થાય છે તે સવાય ફેટલાક પૂછે છે. આમ કરવાથી ખાવાનો આનંદ આવશે કે? જવાબ એટલોજ કે આવવાથી જેમ પાચનક્રિયાને સમવડ મળે છે તેમ સ્વાદને આનંદ લાગે છે, પણ જ્યાં તે વધી પડે છે ત્યારે આનંદ અટકે છે આરે પ્રશ્નજો ખાવાની ચીજો બદલની. અકુદરતી ખોરાકથીજ વધાગતો પદાર્થ શરીરમા વધી પડે છે, પણ કુદરતી ખોરાક તેમ થતા દેતો નથી અને મધ્યમ ખોગક પણ માનું પરિશ્રામ આવવા દેતો નથી. નકમો પદાર્થ કાઢી નાખ્યા પછી કુદરતી ખોરાક આપણને એક રીતની જમી-નગીરી આપે છે કે આપણે તદન તંદુસ્ત રહીશું. ખુદ કરેને જલ્દીથીજ આ દુનિયા ઉપર વસતા માણસો કુદરતી ખોરાક લેતા શીખે કે જેથી તેઓના દુઃખ દગ્દો નાશુદ થઈ તંદુસ્તી મળે.

આખા અનાજની રોટલી કેમ બનાવવી ?

ત્રણ રતલ જેટલો નહીં ખાડેલોઃ ઘઉંના લોટ લેવો. ઘઉં ના હોય તો ચોખા અને ચોખા ના હોય તો મકાઈ લેવી, તેમા ૧૫ પીન્ટ-વગમગ ૧૫૫ રતલ જેટલું ચોખુ* પાણી ભેળવો, પાણી ઠંડુ હોય તો સાફ. આ ભેળવણીને ગુદીને જે ભાગ કરો પછી તેની બે રોટલી-પાઉ-બનાવો અને તેને મૂકા નળીઆ-નાડી-કપર મૂકો કે જેના ઉપર આખો દાણો પડેલો ન હોય. પછી તેના ઉપર પાણી ફેરવો, પછી દરેકને નળીયા સાથેજ લોટી ઉપર મૂકો. અગ્રધા કવાક પછી આ રોટલીનું પડ ફેરવો. પા એક કલાક રહીને જુવો કે બન્ને પડ ઉના થયા છે કે નહીં. પછી આ રોટલી ખાધામા લેવી. આના પાઉ ભુજવાનું-

* નહીં ખરિલો અને આખો દોઢો એટા સખ્દો ભાષાન્તર ન્તાંએ વાપર્યો છે તેની મતવજ એવી હોવી જોઈએ કે સાચામા દગ્દાયેલો ખારીઝ મે દો નહીં પણ થદીમા દગ્દાયેલો સુવા વાવો જરો લોટ ઉપયોગમા લેવા

પકાવવાનું-વાસણ મેં થોડા વખત ઉપર બનાવ્યું છે જેના ઉપર પાચક ઘણી મહેલાઈથી કામ લઈ ચકાસે છે.

આખા દાણાની કાંજ કેમ બનાવવી?

ધારો કે કાંજ એક રકાળી જેટલી બનાવવી છે. તો આખો દાણો એક ટેનલ સ્ટુન માટે ચમચો ભરીને-લેવો. તેમા પાણી ઉમેરી હાલો જેવો બનાવવો. પછી તેને ગરમ પાણી ઉકાળો. પછી થોડુંક મીઠું અને માખણ નાખીને હલાવો. નહીં નાખો તો વળી વધારે સાફ. મરજીમા આવે તો તેમા કાળી દ્રાક્ષ નાખો અને પછી ઉપયોગમા લીઓ.

કુદરતી ખોરાક કેમ પસંદ કરવો? ।

નાસ્તો—આખા દાણાના રોટલા અને ફળ; અથવા તેની કાંજ અને રોટલા; અથવા જવની ખીર અને રોટલા; કુદરતી લેવું હોય તો વગર ઉકાળેલું લેવું.

બપોરનું ખાણું—જેઓ સુષ ખાતા હોય તેમણે તે જડો ખાવો. ચોખા, જવ, વિજેરી કાંજ, થોડુંક માખણ, પાણીમા રાંધેલી દાળ તેમાથી ખાંડલા ભરી અને ચટણી નાખવા.

રાતનું વાળું—આખા દાણાના (ભરડેવા અનાજ) ના રોટલા; ફળ; કાંજ સાથે ફળ અને રોટલા ખાવા.

કેટલીક સાદી વાનીઓ.

રાતા કોખીજ અને એપલ—રાતી કોખીજનો ઉપયોગ ભાગ ખમણીને પાણીમા બાફવો. પછી તેમા એપલ તે ઝીણા કાપીને નાખવા. તેમા જરૂર મીઠું અને માખણ ઉમેરીને ખાવું.

સફેદ કોખીજ અને ટમાટા—પ્રથમ કોખીજને ખમણીને બાફરી બફાવા પછી ટમાટાનો ગમ અવાર નવાર ઉમેરો. પછી જરા મીઠું અને માખણ નાખો. ત્યાં બાફ ૬ થી ૭ પટાટા કાપીને નાખવા અને બહુ બફાવા દેવું. જરા ભરી નાખવા. ઉપરી બન્ને ચીજોને ઉપવા પ્રમાણમા લીધાથી ત્રણ માથુસો ખાઈ રહે એટલો ખોરાક થાય છે.

સળગમ (Spinach) પટેટા—કાચા સળગમ સાફ કરવા અને બાફવા મૂકવા. પછી જરા મીઠું, માખણ અને પટેટા નાખવા. પાણી બહુ રહે તો એક ચમચો ભરી હર-કોઈ જાતનો ભરડેલો જડો લોટ નાખવો.

કોખીજ—કોખીજના નાના કકડા કરવા અને ધોષ્ટને બાફવા મૂકવા. નરમ થાય એટલે જરા મીઠું અને માખણ નાખવું.

ગાજર અને પટેટા—૫ થી ૮ ગાજરને ઉભા કાપવા અને પછી પાણીમા બાફવા તેના ઉપર હોલેલા પટેટાની કરચો મૂકવી અને મીઠું તથા માખણ ઉમેરવા.

સાલગમ—શલગમના એટલા ઉભા ચીરીયા કરી બાફવા અને પછી મીઠું અને માખણ ચોપડેલા પટાટા નાખવા અને તેમને બફાવા દેવા.

ચોખા અને એપલસ—અરધા શેર ચોખામાં ૪ થી ૮ એપલને દાખીને ઉમેરવાં અને બાફવા મૂકવા. ખીર જેવું થાય એટલે ખાવું. જરૂર પડે તો મીઠું અને માખણ ઉમેરવાં.

ચોખાનું પુડિંગ—ઉપલીજ ખીરમાં થોડીક દ્રાક્ષ તથા પાઉનો ભુકેા બમરાવી રકાખીમાં ભરી બઢીમાં સીજવો.

હિરી કોટસ અને ટમાટા—અરધો રતલ હિરી ફાટ લઈને આગલી સાંજે ઠંડા પાણીમાં પલાળી મૂકનાં, સહવારે બાફવાં. બફાયા પછી ટમાટાનો રસ ફેડવો, અને જરા મીઠું તથા માખણ નાખવાં. પાણી બહુ રહે તો તેમાં હરકોઈ અનાજનો જાડો લોટ ઉમેરી બાફવો. આવી વખતે જરા મરી નાખવા.

લીલા વટાણા અને એપલસ—વટાણા કે હરકોઈ ચીંગના લીલવાને બાફેા અને તેમાં એપલ નાખેા. ડુંગળી, મીઠું અને માખણ જગ જરા ઉમેરવાં. આ બનાવટ નરમ રહે તો લોટ નાખીને બાફવા દેવું.

મગની દાળ અને પુન્સ—અરધો શેર મગ આગલે દિવસે સાંજે પલાળી રાખવા. બીજે દિવસે બાફવા મૂકી તેમાં ૩૦ પુન્સ નાખેા. પછી મીઠું અને માખણ નાખેા.

મશરૂમ અને પટાટા—મશરૂમને ધોઈને કાંદા સહીત બાફેા. પછી મીઠું, માખણ ઉમેરેા. બે ત્રણ ચમચાં જોડેા કોઈ પણ અનાજનો જાડો લોટ નાખેા અને પટાટાની ચીરે તેમાં ઉમેરેા. બફાઈને તૈયાર થાય એટલે ગરમ ગરમ ખાવું.

બીટરૂટ સલાડ—બીટરૂટને ધોઈને હીકરાના કામમાં મૂકી બઢીમાં સીજવેા (બફાવા ઘે). પછી સાદ કરીને તેમાં લીંચુના રસનાં ટીપાં નાખેા.

પટેા અને એપલસ સલાડ—જરાકા બાશીને છોલી નાખેા. એપલને લીંચુના રસમાં મેળવેા. પછી બધું સાથે મેળવી પકવવી ખાવું.

વટાણા, મગ અને બીજાં કોષાળ કેવી રીતે પચી શકે ?—રાત્રે વટાણા અથવા મગને પલાળી રાખવા. બીજે દિવસે સહવારે તે ડૂબે એટલું પાણી ભરવું અને જરા મીઠું મરી અને બીજે સાદો મસાલો નાખેા અને બાફવા મૂકેા અને ખાવા લાયક થાય એટલે નીચે ઉતારેા.

પટેા પાટીસ (ડંપલીંગ્સ)—પ્રથમ પટેા બાફી નાખેા અને તેની છાલ કાઢી નાખી છુદી નાખેા, તેમાં તળેણેા કે શેકેણેા રોટલેા ભાગીને ઉમેરેા. જરા ઇંડાનો રસ અને લોટ ઉમેરેા. બધું મેળવીને ગોરણા કરેા અને તેને અટામણમાં દાખેા. પછી તે ગોરણાં એાને ૧૦ મીનીટ સુધી ઉકળતા પાણીમાં રહેવા ઘેા. આમ કરતાં ધ્યાન રાખવું કે તે ચોટી જાય નહીં કે ભાગી જાય નહીં. પછી કોઈ પણ જાતના ફળ, ડુંગળી અને માખણ સાથે મેળવીને ખાએા.

ભાગ ૨ જો.



જ્ઞાનતંતુ અને મગજનાં દરદો.



ઉંઘ નહીં આવવાનો રોગ.



રોગ એકજ છે એ વાત અત્રે પણ લાગુ પડે છે, જ્ઞાનતંતુઓના રોગ આજના જમાનામાં અનેક છે અને ચોક્કસ દરદોના ચોક્કસ ઇલાજો અજમાવવામાં આવે છે. આ રોગને નીચલા નામોમા વહેચી નાખવામાં આવશે:—નરવર્તેસ, ન્યુરાસ્ટેનીયા, ન્યુરેક્સા (માથાનો દુઃખાવો), હાઇપોકોન્ડ્રીયા (દીવાનાપણું), હીસ્ટીરીયા, ઇન્સેનીટી (ગાંડાપણું), હાઇપેસીલીટી (મગજનું ગુમ થયું) અને પેરેલીસીસ (લકવો) વિગેરે. આ રોગના બાહ્ય સ્વરૂપો હોય છે. એવા દરદોને અંદરથી કાઢના કાંઈ રોગ હોય એવું લાગ્યા કરે છે, જો કે શું છે તેની ખરી હકીકત માલમ પડતી નથી. અને દરદી બહારથી તો સાંજે તાંજે જાણ્યોતો હોય છે. એક દરદી કાંઈને કાંઈ વાતોજ કરશે તો બીજાને તદ્દન શાન્ત બેસી રહેશે. કેટલાકને બિલકુલ ઉંઘ આવતી નથી અને કેટલાકને આગસુ ચઢી પડ્યા રહેવાનું ગમશે, તો વળી બીજા કેટલાક ચાલુને ચાલુ હિલચાલ કર્યા કરશે. કોઈ વળી આપઘાત કરવા નીકળશે કારણકે તેને આ દુનિયા અકારી થઈ પડેલી લાગે છે. કોઈ લક્ષાધિપતિ હશે તેને વળી એમજ ખૂબીક લાગ્યા કરશે કે મારી તમામ દોષત હુંટાઈ જશે. કોઈના શરીરના કોઈકોઈ અવયવો નકામા થઈ પડે છે. દીવાનાપણાની સાથી પહેલી નિશાની લકવો છે. લકવાથી માથાસના અવયવો અને હિન્દીઓ ખડેર મારી જાય છે અગર મંદ પડી જાય છે. કોઈના શરીરની શક્તિ નાશ પામે છે તો કોઈની વિચાર શક્તિ કમિ થઈ જાય છે. જ્ઞાનતંતુના દરદવાળા દરદીની આપણે પરીક્ષા કરીએ તો માલમ પડશે કે તેમના દરદના ચિન્હો તરેહવાર હોય છે. આથી તખીખી મંડળ તે રોગોને તરેહવાર નામો અને સ્વરૂપોથી ઓળખાવે છે. તેમની દવાઓથી જ્ઞાનતંતુનો રોગ સારો થઈ શકતો નથી, પણ થોડાક વખતને માટે બહારના ચિન્હો અટકે છે.

આ રોગ ટાળવાને જે જરૂરું છે તે આખી સીસ્ટીમ સાફ કરવાને લગતું છે. કેટલીક વાર અંદરનું ઝેર બહાર કાઢવા માટે અંદરનાં આંતરડાં પ્રયત્ન કર્યા કરે છે પણ તેથી માત્ર મૂળરોગનો વધારો થાય છે. એલોપથીની સારવાર હેઠળ બહારનાં ચિન્હો કદાચ અટકાવી શકાય છે પણ થોડા વખતમા તેના તેજ જ્ઞાનતંતુઓ પાછાં દરદી બની જાય છે. દાકતરો પોતાનું વૈદ્ય ચલાવ્યા કરે છે પણ દરદી મરણ પામે છે. કોઈ પણ દવા લાગુ પડતી નથી. કેટલાક બીમાર માણસોને દવાઓ આપીને બહારનો પદાર્થ તેમનાં આંતરડાંમાંથી બહાર કાઢી નાખવાનો પ્રયાસ થાય છે પણ એ અસર થોડો જ વખત ટકે છે અને પાછો લકવો થઈ આવે છે. જ્ઞાનતંતુઓના દરદો માટે તો આજ સુધી આપણે વૈદ્ય કાંઈ કરી શક્યું નથી અને

આપણા તળીએ લાચારી દર્શાવે છે અને કહે છે કે હવા ફેર ફરો, મુસાફરી કરો, આમ કરો અને તેમ કરો. આમ કરવાથી પણ જાણવા બેગ કાપદો થતો નથી, તે બતાવે છે કે આ બાળક પણ રોગ કાળ કરવાની મારી નથી રૂઢી મુજબ વધારે સારી રીતે સમગ્ર સ્થાય એમ છે. તે માટે મને અમૂલ્ય સર્વિશીકેટો મળ્યાં છે જે ઉપરથી જાણારો કે આજ મુખી વેદ કાંઈ કરી શકું નથી તે માફ સાયન્સ બતાવી આવે છે.

આપણા શરીરમાં બે પ્રકારના તંતુઓ હોય છે. એક પ્રકાર ઉપર આપણી ઇચ્છા કાચુ ધરાવે છે પણ બીજા પ્રકાર ઉપર કાચુ નથી ધરાવતી. આપણી ઇચ્છા જેના ઉપર કાચુ ધરાવતી નથી, તે તંતુઓમાં શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયા, પાચનક્રિયા અને લોહી ફરવાની ક્રિયા છે. શરીરનો નકામો કચરો વધી પડવાથી જ્ઞાનતંતુનાં દરદો થાય છે. શરીરમાં ક્રમ જણાય તો સમજવું કે રોગ ચડવા માંડ્યો છે. શું રોગ છે તે ચક્રેશની પરીક્ષા કરવાથી જણાઈ આવશે. વધારાના કચરાથી શરીરના ભાગો કામ કરતા અટકે છે તેવીજ રીતે જ્ઞાનતંતુઓ પણ કામ કરતા અટકે છે. જેવા તંતુઓ અટક્યા કે દરદ થાય છે. મગજ મુજબ કામ કરનારા અને પોતાની મેળે કામ કરનારા તંતુઓની ક્રિયાઓ ઉપર ચોટી, તપાસના સમજાતી નથી.

શ્વાસ લેવા કે કાઢવાની ક્રિયા, લોહીના ફરવાની ક્રિયા અને પાચન થવાની ક્રિયામાં જે બીગાડો થાય છે તે બહુ ધીમે ધીમે થાય છે. આ તંતુઓ આપણી ઇચ્છાને અધિન નથી અને ફેફસાં, હૃદય, હોજરી, મુત્રાશય, આતરણ અને મુત્રનળી તંદુરસ્ત હાલતમાં પોત પોતાનું કાર્ય કરે છે પણ તેને લગતા તંતુઓમાં નકામો પદાર્થ બરાવાથી તે ક્રિયા છે અગર કામ કરતા અટકે છે ત્યારે આપણને રોગનું ભાન થાય છે. કોઈ માણસના અવયવોમાં નકામો પદાર્થ ઉભરાય છે તો તેના જ્ઞાનતંતુઓ પણ નજા પડે છે. માફ વારંવાર કહેવું એ છે કે સાધારણ પાચનશક્તિ એ તંદુરસ્તીની નિશાની છે. અકુદરતી પાચનશક્તિથીજ નકામો પદાર્થ ઉત્પન્ન થાય છે અને પછી તે ક્રિયાને કે કોઈને ઉભરાય છે. પાચનશક્તિ બગડવાની સાથેજ જ્ઞાનતંતુઓના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. શરીરમાં શક્તિ હોય છે ત્યાં સુધી તે નકામો કચરો કાઢી નાખવા પ્રયાસ કરે છે પણ શક્તિ ઘટી કે રોગ શરૂ થાય છે અને જ્ઞાનતંતુઓ નજા પડે છે. જ્ઞાનતંતુના દરદો શરીરની નજાગાઈ સિવાય બીજું કાંઈ બતાવતા નથી.

જ્ઞાનતંતુના દરદમાં શરીરને ટાક વાલ છે, ગરમી વધી જાય છે અને પરિણામે તાવ આવે છે. તાવ ઉતારવા માટે અમુક ઉપાયો હાથ ધરવામાં આવે છે.

મારા અનુભવ ઉપરથી હું કહી શકું છું કે જે ઉપાય જળીયા, ઝોરી, અછમડા, તાવ વિગેરે ઉપર લાગુ પડે છે તેજ ઉપાય જ્ઞાનતંતુના દરદમાં પણ લાગુ પડે છે, કારણકે, રોગનું મૂળ કારણ એકજ છે અને ઉપાય પણ એકજ છે કે જે મેં હમ્મરો દરદીઓ ઉપર અજમાવેલ છે. ઉપલી હકીકત ઉપરથી આપણને જ્ઞાનતંતુઓના રોગ વિશે અમુક ખ્યાલ આવે છે. જેઓ મારા વિચાર મુજબ પ્રત્યેક દરદનું કારણ શોધી કાઢે છે તેમને તેમ કરતાં સમજૂતી મળે છે. જેમ એક લશ્કરને તાલીમ આપવા અને તેને કાચુમાં રાખવા સરસ સરદાર બેઠકે તેજ પ્રમાણે દરદીઓને સમજાવું પાડી તેઓનાં દરદો સામ્ય કરવા એવો માણસ બેઠકે કે જે આખા શરીરની રચના તેઓના અવયવોની હિલચાલ વિગેરેથી વાકેફ

હોય. દરદ વખતે માન દરદીજ તે ભાગને તપાસે તો કદિ પંચ દરદનો છલાજ લાગુ પડે નહીં, આખી સીસ્ટમનેજ જોવી જોઈએ.

તખીખી મંડળમા સ્પેશિયાલીઝમ એટલે 'ખાસપણું હોવાથી આપણને સંપૂર્ણ વિશ્વાસ ખેસે નહીં' કારણકે એમ ક્યાંથી સાયન્સના અમુક કાયદાને પહેાચી વળાય નહીં. માણસના શરીરના બંધારણને લગતા કુદરતી કાયદાનો ભંગ સ્પેશિયાલીસ્ટ શી રીતે કરી શકે ? આખી સીસ્ટમ ઉપર લક્ષ આપ્યા વગર અમુક અવયવ કે ભાગની તપાસ ક્યાંથી શું વળે ? સાયન્સનો વીસ્તાર ધણો બહોળો છે અને કુદરત તથા તેના કાયદાની એક્યતા જાણવી અને સમજવી જોઈએ અને તેમ યવાથી જ દરેક સ્વરૂપ આપણે યથાર્થ સમજી શકીએ છીએ. પાણી એક વસ્તુ છે અને વરાળ, ઝાંઝળ, વાદળા, બરફ એ પાણીના સ્વરૂપો છે તેમ દરેક એક જ છે પણ તેના સ્વરૂપો માન જુદાંજ છે.

જ્ઞાનતંતુઓના રોગના કારણો અનેક છે તેમ તે સાબ કરવાની રીતો પણ જુદી જુદી છે અને એ બામતમા આજ સુધી મેડિકલ સાયન્સ તદ્દન નિષ્ફળ નીવડેલ છે. મારી આગળ ધણા એવા દરદીઓ આવી ગયા છે કે જેઓ તખીખોથી થાકીને મારી સારવારનો લાભ લઈ ગયા છે. તેમનો ચહેરો જોઈને હું પારખી આપતો કે તેમને શું દરદ છે ? દાકતરો તો તેમને ફક્ત એમ જ કહેતા કે તમોને તો મગજનો રોગ છે. જ્ઞાનતંતુના દરદીની સારવાર તેમના પેટમાંનો કચરો કાઢી નાખવાથીજ થઈ શકે છે એમ મેં અનુભવ ઉપરથી જોયું છે. જેમણે આ કચરો હમેશા કાઢી નાખવાનું ચાલુ રાખ્યું છે તેમને મારા ઉપાયોથી સંતોષ થયો છે.

મારા સાયન્સ પ્રમાણે રોગ શરૂઆતમાંજ માલુમ પડે છે. આ રોગ કેટલાક વર્ષો પછી બહાર ઉભરાવા માડે છે. આ પ્રમાણે ઉભરાણુ થવા પછી તેના છલાજ લેવાને સધળા દોડે છે. મારા ફેશીયલ સાયન્સ પ્રમાણે પીડમા એકડો થતો વધારાનો કચરો એ જ્ઞાનતંતુ-ઓની નબળાઈનો પહેલો નમૂનો છે.

મગજના રોગો—આથી બેભાં ઉપર અસર બહુ થાય છે. તેનું કારણ એ છે કે વર્ષો સુધી શરીરમાં કચરો ભરાઈ રહેલો હોય છે તેથી ઉપદ્રવ થાય છે. આ રોગમાં અંતે લકેનો થાય છે કારણકે શરીરમાં કચરો એટલો બધો વધી જાય છે કે જીંદગીની રીતી અકુદરતી થઈ જાય છે. જેટલા પ્રમાણમા કચરો એટલા પ્રમાણમાં દરદનું જોર હોય છે. દરેક માણસ જીંદગી કાંઈ સરખી રીતે ગુજારવું નથી અને તેથી દરેકને મગજનું દરદ લાગુ પડવું નથી. જેના શરીરમાં બેહદ કચરો એકડો થવા પામે છે. અને તે વળી બરડામાંજ વધુ પ્રમાણમાં એકડો થાય છે ત્યારે જાણવું કે મગજ ઉપર અસર નહીં થવાનીજ, જેમ જેમ આપણે સુધાગ વધારામા આગળ વધીએ છીએ તેમ તેમ કુદરતના કાયદા ભુલીએ છીએ અને તેથી રોગનો મંખ્યા વધે છે અને તે સર્વેનું કારણ આપણા તખીખો છે. તેઓના કેટલાક આચાર વિચારો કુદરતના કાયદાથી તદ્દનજ ઉલટા છે. માણુમોએ પાણી છોડીને દારૂ પીવા માડ્યો છે. મોદામા હમેશા ખીડી કે ચીરો તો હોય છેજ. માણુસ જાણે જીવનું ધુમાડીયું લાગે છે. પરિણામે શક્તિ ઘટ છે એટલે જ્ઞાનતંતુઓની શક્તિ કમિ થાય છે. જ્યાં જ્યાં કુદરતના કાયદાઓ વાગવામા આવે છે, એટલે કે ગામગ્રામોમા કે જ્યાં આપણા તખીખોનું સાયન્સ દંછ દાખવ થયું નથી અને જ્યાં કુદરતી બોરાકનું પ્રમાણ વધારે ટોચ છે ત્યાં મગજના દરદો જેવું કાંઈ પણ હોતું નથી.

આમાં દરદવાળાઓમાં આપણે મોટે ભાગે દારૂડીયાઓના ઊંઠાઓને જોઈએ. દારૂડીયાઓ અમુક ખોરાક પચાવી શક્તા નથી એટલે મગજને શક્તિ મળતી નથી એટલે દારૂડીયાઓની મગજ શક્તિ હમેશાં વહેલી નાશ પામે છે. દારૂડીયાનું બાળક પણ ખૂં દીવાનું જન્મશે અને કદાચ થોડા વખતમાં મરી પડે જશે. કોઈપણ મગજનું દરદી માલમ પડે તો સમજવું કે તેને પેટનો બપોળો છે, પછી તે બાળક હોય કે મોટું માનસ હોય. રોગની શરૂઆત પેટમાંથીજ શરૂ થાય છે. જેમ માણસ સાદો ખોરાક લે અને કુદરતી જીંદગી ગાળે તેમ તે સુખી અને છે. દાખલા તરીકે આફ્રિકાના શીડીઓ કે જેમના ઉપર ગુલામગીરી નાખવામાં આવી હતી અને તેમને અતિ સારો અને હલકો ખોરાક આપવામાં આવતો હતો તે છતાં તેઓ શારીરિક શક્તિમાં ઘણા જનરા હતા. સુધરેલી જીંદગી ગુમરવામાં આવે છે ત્યાં દરદી વધે છે અને તેનો પુરાવો ઉપલા ગુલામો ઉપરથી મળી આવે છે. આ ગુલામો છુટા થયા પછી સુધરેલી જીંદગી ગુમરવા લાગ્યા એટલે તેઓમાં દરદી બેવામાં આવી.

પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓમાં મગજનાં દરદી ઓછાં હોય છે કારણ કે પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓ વધારે સાદી જીંદગી ગુમરે છે. મગજના કેટલાક રોગોમાં એવું માલમ પડ્યું છે કે એકએક શરીરની અથવા મગજની શક્તિ હદબહાર વધી જાય છે. તેનું કારણ એ છે કે શરીરમાંના કયરો બ્યારે ઉભરાવા માટે છે ત્યારે તે ધીમે ધીમે મગજ તરફ વધારે દબાવ કરે છે અને જેમ જેમ વખત પસાર થાય છે તેમ તેમ દબાવ વધે છે અને માણસના મગજને અશાન્તિ જણાય છે. તેને કાંઈ એન પડતું નથી અને કોઈપણ બાબત ઉપર તેનું મન ચોટતું નથી. આવો રોગી નાનપણમાં ઘણા દુઃખીયાર ગણાય છે પણ બ્યારે તે માણસ ઉમર પહોંચે છે ત્યારે તેની બધી શક્તિ દીવાનાપણાના સ્વરૂપમાં બહાર પડે છે. વળી બીજું કારણ એવું છે કે પીઠમાં નડતર જણાય છે કે જેની સાથે પેટની નસ જોડાયેલી છે. દરદીની અસર મગજમાં થાય છે ત્યારે તાવ આવે છે અને કયરો નીકળી જાય છે તો તાવ આવતો બંધ પડે છે પણ કયરો નથી નીકળતો તો તાવ લાગુ રહે છે અને ઠાઠ પણ જણાય છે. રોગ વધારે સખત તેમ દીવાનાપણું વધારે જણાય. જેમ જેમ કયરાનું જોર વધવડ થાય તેમ તેમ માણસના મગજની હાલત ઉપર અસર થાય. બહારના પદાર્થનું દબાવ ઓછું હશે ત્યાં સુધી માણસ સામ્યું રહેશે પણ તે દબાવ વધવા સાથેજ મગજનું સમતોલપણું ખાઈ ગુમ થવા માટે છે.

ધીમે લકવો—લકવાનું જોર વધવા માટે તેની સાથે મગજનું દરદ પણ વધે. તબીબો એવું જણાવે છે કે આ માણસ શરીર સાંજે તાંજે છે પણ માત્ર લકવો છે. તેમનું આ હેલું જોડું છે કારણકે ઉપરથી માણસ ગમે તેવો સાંજે તાંજે દેખાતો હોય પણ તેનામાં રોગનો છેજ. ખરેખરાં તંદુરસ્ત માણસને તો રોગ હોયજ રોગો ? નકામો પદાર્થ વરસો સુધી શરીરમાં જામીને પછી તે ઉભરાય છે અને દરદીને સાંજે કરવો હોય તો તેના શરીરમાંથી વધારાનો પદાર્થ કાઢી નાખવો.

ગાંડપણના ઘણા કેમ મારા પાસે આવ્યા છે. ૨૩ વર્ષની એક બાઈ તદ્દન દીવાની હતી. તેના માથાપને મેં કહ્યું કે એ કેસ મને સોપો. આ બાઈ કદિપણ પોતાને હાથે નડાતી નહોતી પણ તેની મા નવરાંતે ત્યારેજ નડાતી. મારો ઇલાજ મેં માથુ કપા પછી એક મહીનામાંજ તે પોતાને હાથે નડાવા લાગી અને છ મહીનામાં તેનું ગાંડપણ જતું રહ્યું.

આ કેસમાં એવું બન્યું કે કચરો ચોટી બેઠો છે તે સહેજે માલમ પડી આવ્યું અને ત્યાં જ ઘટતો ઇલાજ લેવામાં આવ્યો એટલે તે બાકીનું કામ પશુ નહીં થયું અને સહેજમાં સાજી થઈ ગઈ. આ બાદ બીજા ગાંડા માણસોની પેઠે જુમ બરાડા પાડતી નહોતી કે તેણે કચરો નહોતી પણ ગુપચુપ બેસી રહેતી જેથી માઈ કામ વધારે સહેલું થઈ પડ્યું હતું.

ડેટલાક કેસમાં નડનરની જગ્યા મુગમતા ભરેલી નથી હોતી તો મુશીબત પડે છે. વળી મગજનું અને શરીરનું કાર્ય એટલી હદ સુધી બગડી ગયેલું હોય છે કે મારા ઇલાજો દામે લાગતા નથી અને એવા બનાવોમાં હું લાચાર છું. મગજની અશાન્તિ એ કાંઈજ નહીં પણ એક જાતનો ક્ષય છે, માટે જેટલો વખત બચાવી શકાય એટલા વખતમાં પગલાં લેવાં જોઈએ. પહેલા તો દીવાનાપણું લાગુ પડ્યા પછી ડેટલોક વખત પસાર થયા પછી તે માલુમ પડતું હતું પણ હવે તેમ નથી. મારી વિદ્યા પ્રમાણે રોગ તરતજ પરબાદ આવે છે. સાયન્સ ઓફ ફિઝિયલ એક્સપ્રેશન (મુખ પરીક્ષા-ચહેરા ઉપરથી દરદની પરીક્ષા) ની રીઠી દીવાનાપણાની અસર વર્ષો અગાઉથી માલુમ પડી આવે છે અને તેથી તે દરદની સામે લડત ચલાવી શકાય છે, જે કે મેડીકલ સાયન્સ પ્રમાણે તો યેલાપણાનો કાંઈ ઇલાજજ નથી.

એક દરદની પાચન શક્તિ ઘણા વરસો સુધી નબળી રહ્યા કરી અને તેના મગજ ઉપર કામનો બોજો વધતો ગયો. પરિણામે ક્ષય લાગુ પડ્યો અને પાછળથી લકવો લાગુ પડ્યો. ધીમે ધીમે દરદ વધ્યું અને તખીબોની સલાહ ઉપરથી ૧૮૯૭ ના જુલાઈમાં સ્પા નામના મથકે ઝગતું પાણી પીવાને ગયો પણ દરદ મટવાને બદલે ઉલટું વધ્યું. દરદી પોતે શું બોલે છે તેનું તેને પોતાને બાન પણ ન રહ્યું. મોટા તખીબોએ મોટી સલાહ આપી પણ દરદ તો મટ્યું નહીં તેઓએ પારાનો લેપ કરવા કહ્યું જે એવડો લગાડ્યા છતાં કાંઈ ફાયદો થયો નહીં. દરદીને વીધેના શહેરમાં લઈ ગયા અને ત્યાંનાં સ્પેશિયાલીસ્ટની સલાહ લીધી પણ તેથી પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. બધા તખીબો હાર્યા પછી એક મિત્રની બલામણુ ઉપરથી તે દરદી મારી પાસે આવ્યો. મેં જાણ આપવા માંડ્યો અને સારો કુદરતી ખોરાક આપવા માંડ્યો, એક અઠવાડિયામાં દરદી બોલતો થયો અને જે મહીનામાં તો તદ્દન સાંજે થઈ ગયો. આ બતાવે છે કે દરેક રોગનું મૂળ એકજ છે અને દરદોને સાજાં કરવાનો ઇલાજ પણ એકજ છે. તેના પુરાવા શું મેં અનેક દાખલા વડે બતાવી આપ્યા નથી ?

ફેક્સાના દરદો, ક્ષય વિગેરે.

એક બીજું દરદ કે જે તખીબોને મુઝાવી દે છે અને અનેક ઉપાયોને ગણકારતું નથી. તે ફેક્સાના ક્ષયને લગતું છે. આ રોગે દુનિયાને ગમરાની મૂકી છે અને યુવાનો કે શ્રીમતોને પણ તે છોડતો નથી. આ રોગનો ફેલાવો બીજા તમામ રોગોથી પણ વધારે છે. તેનાં બાહ્ય સ્વરૂપો તદ્દન જૂઠા જૂઠા પ્રકારનાં હોય છે. ડોહને દમ થાય છે તો કેઠને ખાંસી થાય છે. ડોહને બદલજખીયત થાય છે તો કેઠને મોતની તૈયારીઓ થાય છે, ફેક્સાના અનેક દરદો છે. કેઠને એકાએક ક્ષયનું દરદ થઈ આવે છે અને માત્ર થોડાક દિવસમાં ગુજરી જાય છે. ડેટલાક તો કાયથી પીડાયાજ કરે છે છતાં તેમને રોગની ખબર

પડતી નથી. કેટલાકના ફેફસાં નમળા પડે છે ત્યારે તેને ખભામા દગ્દ થાય છે સાથે કેટલાકને વળી આખનાં અને કાનનાં દરદો થઈ આવે છે. આ પ્રમાણે થવાથી ખંડ કારણુ છુપાઈ રહે છે. શરૂઆતમા શરદી અને ખાગી જણાય છે ડટવાકને તો પગમા રોગ થઈ આવેલો જણાય છે પણ માન માનન્સ મુજબ આ રોગ ચક્રેગ ઉપરની તગત જણાઈ આવશે.

ક્ષયના લગભગ તમામ દરદીઓ પોતાનું મોઢું સદવારે તેમજ રાત્રે ખુલ્લુ ગાખશે. તેનું કારણુ એ કે તેઓના શરીરમા અંદરની ગરમી હદ બહારની હોય છે અને તે ગરમી ઠંડી હવા વધારે ખાતે છે જેથી એના ફંગોઓના મોઢા રૂનાભાવિક ઝીને ઉઠાણ મહે છે. ફેફસા લોહી સાથે કંગાનું અગત્યનું કાર્ય નિરતર કર્યા કરે છે અને આ ક્રિયા જ્યાંમા ચોખ્ખી હવા જવાથી થાય છે. શરીરમાનું મેલુ લોહી ફેફસા આગળ આવીને અને લાની ચોખ્ખી હવાને મુક્તિને સાથે યઈ જાય છે. વધારાના ક્યારને લીધે ફેફસા પોતાનું કાર્ય ખમરી વઢે નહીં તેથી તે ક્યારના થર અને ટેકરા બાજે છે. આવી કારીને ફેફસાને બહુજ હચકત પહોંચે છે કારણુ કે જે પદાર્થ બહાર નીકળવો જોઈએ તે નીકળી શકતો નથી જેને પગિણુમે ફેફસા બગડે છે અને લોહીની ગિયતિ બહુજ અસાધાન્યુ થઈ પડે છે એટલે ગરીબી અંદરની ગરમી વધે છે. ગરમીથી ફેફસા તપે છે અને તેથી લોહી અને લોહીના જીવકલો તથા રેસાઓ ટુટે છે અને ખાસી આવતા તે કંક માથે બહાર નીકળે છે, જેને લોચા એવું કહે છે કે ગળકામા લોહી પડે છે.

ક્ષયનું દરદ અત્યારના જમાનામા સળખાને એકાને છે. તમીઓ તેને પાગખી શકતા નથી અને રોગ અમુક હદ ઉપરાંત વધી જાય છે ત્યારે આ અસાધ્ય દરદ માટે કોઠકના કાકા મારે છે. ક્ષય જેવા રોગોની શરૂઆત વર્ષો અગાઉથી થાય છે પણ મેડીકલ સાયન્સ તે પારખવાને અશક્ત છે. તમીઓ પાસે રોગ પારખવાના સાધનોજ નથી. ટ્યુબક્યુલી નથી એક રોગીષ્ટ ફેફસાને સાલું કંગું એ તો અશક્ય છે. ફેફસાનો જે નાશ થયા કરે છે તેની પરીક્ષા કરનાઈ એક પણ યંત્ર નથી પણ એક એવું માધન તો છે કે જેના વડે નાશ થવાની ક્રિયાને આગળ વધતી તો અટકાવી શકાય કે જે ક્રિયા ચાલત પડે નહીં. એની રીતે ધણા વર્ષોથી ધિમે ધિમે આગળ વધી શકેલી હોય છે. મારી ચોજના મુજબ ફેફસાનો વધુ નાશ થતો અટકાવી શકાય છે અને મારી વિદ્યા પ્રમાણે ક્ષયના દરદનું સ્વરૂપ તેની શરૂઆતમા જ પારખી શકું છું અને તેથી જ માફ સાયન્સ ક્ષયના રોગોને માટે ધણું ઉપયોગનું છે આપણા તમીઓ ઘણીસાર ક્ષયનો રોગ હજી શરૂઆતમા છે કે વધી ગયો છે તે પણ જાણતા નથી કારણુકે આ રોગની શરૂઆત તો જણાતી નથી અને તે એટલે મુધી કે દરદી પણ જાણતો નથી.

એક વખતે એક ઘણી તંદુરસ્ત છોકરીને મે કહ્યું હતું કે તને ક્ષય છે તે સાબળીને તે ઘણી જ અજાયબ થઈ. મે મારો ઇલાજ એક વર્ષ ચલાવવા સૂચના કરી પણ તે છોકરીએ તે માન્યુ નહિ. તેને પોતાને એમ લાગ્યું કે તેને ક્ષય નથી. આખરે તે મરતા પહેલા માર મહીના ખાટલે ગઈ. તજી મહીના સુધી ક્ષય એકદમ વધ્યો ગયો અને આખરે તે મરણુ પામી.

હવે આપણે ફેફસાના દરદ ઉપર આવીશું. બ્યારે કોઈ અમુક જામ ઉપર દગ્દ શરૂ થઈ ગયું હોય તે પછી જ ફેફસા ઉપર અસર થાય છે ખાસ કરીને સ્ત્રી પુરુષના જે ખાસ

ભાગે હોય છે તે દેહસાના દરદોનું પહેલું કારણ છે, આગાપની બૂલોને લીધે બાળકોને પણ જન્મથી જ ખમણ પડે છે માતા પિતાના શરીરમાંથી જે ધાતુ નીકળે છે તેમાં બન્નેના શુણ્ણ દોષનો સમાવેશ હોય છે જેનો વારસો બાળકોને મળે છે. કદંબાગ વાળા અગાપો મોટે ભાગે ક્ષયવાળા બાળકોને જન્મ આપે છે. કદંબાગ વખતે તો શરીરમાં સહજ શક્તિ હોય છે. જેથી શરીરની અંદરનો વધાગનો કચરો બહાર નીકળે છે પણ કદંબાગ ક્ષયનું અવશ્ય ધાગણ કરે છે કે તરતજ શરીરની શક્તિ નાશ પામે છે અને શરીરની અંદરના ભાગો દુર્બળ થઈ જાય છે. જે એક માણસ તદુસ્ત હોય અને ક્ષયના જતુઓ ગમે એટલા એના શ્વાસમાં જાય તોપણ તેને કશો બ્યાધિ થતો નથી, પણ જ્યારે શરીરની અંદર વધા-શના કચરાને લીધે ગરમી વધતી જાય છે અને શરીરની ઉષ્ણતા (ટેમ્પરેચર) અસાધાગણ થાય છે ત્યારે ત્યાં જતુઓ બેસે છે, કાગણુકે જતુઓ માટે તે જગ્યા સૌથી વધારે ખંડ ખેસતી હોય છે. માણસો જે અકુદગતી જીદગી શુભરે તો નકામો પદાર્થ શરીરમાં શ્વાસ-વિક રીતે વંદી જાય છે અને શરીરની ઉષ્ણતા (ટેમ્પરેચર) માં ફેરફાર થઈ જાય છે અને રોગ માટે માર્ગ મોકળો થાય છે. વળી કેટલાકને નકામો પદાર્થ વારસામાં ઉતરે છે અને ઓછામાં પુક તેઓ સારી જીદગી શુભરતા નથી તો તેના પગિણામ બહુ મારાં આવે છે.

એટલું ધ્યાનમાં ગણવું કે દેહસાના રોગનું કારણ પણ પેટનો રોગ છે, એટલે કે પાચન-શક્તિ નમણી થવાથી નકામો પદાર્થ તો જે અચન તેની સામે ઓગી લકત (ટકાવ) કરી શકે ત્યાં વધારે પ્રમાણમાં ચોટવા માટે છે અને પગિણામે દેહસા દુર્બળ થઈ જાય છે અને તે પછી નકામો પદાર્થ વધારે પ્રમાણમાં એકઠો થઈ જાય છે ત્યારે તેની સામે ટકી શકાતું નથી એટલે ક્ષયના જતુઓ દાખલ થાય છે અને ક્રમે ક્રમે પાચનશક્તિ વધારે ને વધારે બગડે છે માટે સૌથી પહેલી જરૂર એ છે કે આ વધાગનો કચરો શરીરમાં એકઠો થતો અટકાવવો.

જનનવરેના મંદહરથાનમાંથી ગરમ દેહોના વાદરાઓને ઠંડીમાં લઈ જવામાં આવે છે ત્યારે તેઓની પાચનશક્તિ નમણી પડેલી લાગે છે કારણકે તેઓના ખોરાકમાં ફેરફાર થયેલો હોય છે અને પાચનશક્તિ વધારે બગડવાથી વાદરાને ક્ષય રોગ લાગી પડે છે. હવેને લીધે કદાચ એમ બનવું હશે, પણ હું તો માનું છું કે તેનું કારણ તો અકુદગતી ખોરાક છે. ઠંડીને લીધે પાચનશક્તિ મદ પડી જાય છે અને તે વખતે તેમને માટે કુદરતે ઠરાવેલો ખોરાક તેમને મળી શકતો નથી તેથી ક્ષય જલદી લાગી પડે છે. માણસોના મંમધમાં પણ આવું જ બને છે આ સરળતા ઉપન્યાસ અનુમાન એ નીમ્નો છે કે જીદગીની ફેદી મરાયો હોતી જોઈએ તેમજ ખોરાક પણ અનુકુળ હોતો જોઈએ.

ક્ષયના દરદીઓને ગમે એટલો સારો ખોરાક આપીએ તોપણ તેઓ તદુસ્ત થઈ શકતા નથી, કારણકે તેઓના આત્મજ બળી ગયેલા જેવા હોય છે. ખાઓ ગમે એટલું પણ હોજગી તેને પચાવે નહીં તો એ આર્થયુ શુ કામનું ? પાચનશક્તિની પણ જૂદી જૂદી જાત (તાસી) હોય છે અને એટલા પ્રમાણમાં દેહસા ઉપર અસર થાય છે કારણકે વધારાનો પદાર્થ ઉત-રાઈને માથા તરફ ચડે છે અને માર્ગમાં દેહસા આગળ અટકી પડે છે અને દેહસા નમણા હોય છે, તો ત્યાં એ બધો પદાર્થ એકઠો થાય છે અને એકઠો થયા પછી કહોવાટ થાય છે એટલે દેહમાં પણ સડે છે દેહસા સડતા પહેલા તેની નમીઓ (સુદ્ધ તંતુઓ) સડે છે ;

બાગ છે. કોઈને ક્યા તો કોઈને ક્યા આ પદાર્થ અટકી જોએ છે

આ ગાંઠો શાથી થાય છે તે આપણે જાણ્યું તો હવે તેના ધવાજ પણ જાણવો જોઈએ. હાલના તખીમો આવી ગાંઠોને કાપી નાખે છે એમ કમ્પાથી ક્ષયના ચિન્હો નામુ થાય પણ દરદ જલુ નથી આપણે મૂળ હેતુ તો દરદને નામુદ કવવાનો છે અને કાપ્યાથી તો દરદ વધે છે સરીરનું કંઈવત વધારીએ તો ક્યારે ઓછો થાય અને તેમ થરાથી ગાંઠો વેગળ જાય, પણ તેમ થયા માટે લાખી મુદ્દા સુધી ધ્યાન દગ્ગે જોઈએ નમો પદાર્થ શરીરમાં એકઠો થઈને ઉભગય છે ત્યારે તે જૂદે જૂદે ગરતેથી મહાગ નીમગવાને દોડે છે અને દેહસા તથા શ્વાસનગી તન્દ ગતી કરે છે ત્યારે દમ, શન્દી, શ્વાસનગીમાં મોજો વિગેરે જણાય છે.

શ્વાસનગીના મોજો અને લોહીનું તપડું.—અદગની શક્તિ ક્યારે બહાર કાઢી નાખવા પત્ત કરે છે, ત્યારે તે બહુ જોર કરે છે અને શક્તિ ધગી ગયેલી હોય છે તો દર દીની હાલત ધણીજ મારીક થઈ પડે છે અને મૃત્યુ પણ નીપજે છે આ રોગમાં હજા માથ આપનાથી ધણો લાભ થાય છે અને આ બાથની આવા દરદો સુધરી શકે છે. જેનો પુરાવો મારા થોડાક કેસ અને રજુ કરીને આપીશ નવ વર્ષની એક ડોકરીને દેહમાંનું દરદ લાગુ પડ્યું, એવોપથીના એક દાકતરે તેની બે એક મહીના સુધી સાગવાર ફગી પગુ તેથી તો તે છોકરીને ઝેર ચડી ગયું અને તે મગ્યા સુતી ત્યારે મને જોવાનો આ કેસ મે હાથમાં લીધો અને બીજા દિવસથી જ સુધારો માધમ પડ્યો એક અકરાગીઆમાં તો ખાગ્યામાંથી ઉગી હગતી હગતી થઈ અને બીજા યોગક અધ્વાડીયામાં તો સાને થઈ ગઈ આ બહુ કુ-રતી ઉપાયેને આભારી છે. બે મહીના અગાક આ ઉપાયો લીધા હોત તો તે છોખી એ ટવી બધી હેરાન થાત નહી

દેહસાના રોગમાં શરીરમાં ગરમી વધારે રહે છે અને શ્વાસ લેતી વખતે દેહસા આગળ હવા બગડે છે એટલે કે જે ક્ષણે આપણે શ્વાસ લઈએ છીએ તેજ ક્ષણે આપણા દેહસા બહારથી આવેલી ઓક્સીજન (પ્રાણવાયુ) હવાને તેની સાથેની નાઇટ્રોજન હવાની જૂદી પાડે છે ઓક્સીજનને કોલેક જામ શરીરમાં રહે છે અને શરીરની ગદી હવા માથે ના-ઇટ્રોજન હવા બહાર જતી નહે છે શ્વામેજીવામની આવી કિમારી ગરીગમ દહન (બા-વાની) ક્રિયા ચાલ્યા કરે છે અને તેથી શરીરની ઉષ્ણતા-ગમી-વધે છે અને જ્યારે નકામો પદાર્થ એકઠો થયો હોય છે અગર કોહોવાર થયો હોય છે ત્યારે તો ઉષ્ણતા હદ બહાર વધી પડે છે.

પેટમાં ક્યારે વધી પડનાથી જલુઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને ગરીરની ગમી જેમ વધારે તેમ જલુઓની ઉત્પત્તિ પણ વધારે થાય છે. કાપના દરદમાં રરીરની ગમી વધારે રહે છે તેનું કાગુ આજ છે તખીમો આ બહુ જાણે છે જતા પોતાના માનનો ઉપયોગ કરતા નથી અને જલુઓ સામે અકુદરતી ઉપાયો ચનારે છે

તખીમો કહે છે કે દરેક રોગમાં અમક પ્રકારના જલુઓ હાય છે એક ડોડાને જૂદી જૂદી જલુઓમાં ઉગાડીએ અથવા એક પમાને જુદી જુદી હવામાં રાખીએ તો છોડવની જાન અને પત્નીના પીઝ પણ જુદા જુદા જાતનું સ્વરૂપ પકડે એવી જ ગતિ જુદા જા. જલુઓ પણ જુદા જુદા શરીરમાં મન્નેગ પ્રમાણે જુદા જુદા આમગ અને રાગપો વાગુ,

દારણકે ખરાગ ક્યરો હમેરા ઉપરને ઉપગ્ન માર્ગ લે છે. આ નગીઓના છેડા ખમા આગળ હોય છે અને તેથીજ દરદીઓને ખમા આગળ દુખાવો થાય કે આ નમમે પદાર્થ અહીંથી ઉપર જઈ શકતો નથી એટલે જેમને ક્ષય વાગુ પડે છે તેમના ખમા મોથી પહેલા દુગ્ધે છે.

ક્ષયની ગાંઠો કેમ થાય છે તે હવે જોઈએ જેમ કેન્સર તેમજ પેટની ગાંઠો (ગ્રંથીઓ) પણ થાય છે. આ પ્રમાણે ક્ષયની ગાંઠો થાય છે મે ઉપર કહ્યું તેમ એક તદુસ્ત શરીરની આમડી પરસેવાથી ઝોછી વધતી બીજથેલી હશે પણ જેની તદુસ્તી બગડેલી હશે તેને એમ થશે નહીં. તદુસ્ત માણુઓના શરીરમા બહાગનો પદાર્થ હોય છે તે કાદી નાખવાની શક્તિ શરીરમા હોય છે, પણ ખીમાર માણુઓના શરીર આવો નકામો પદાર્થ બહાર કાઢી શકતા નથી અને તેથી તેમના શરીરમા ક્યરો વધુને વધુ જામે છે. આ ક્યરો ક્ષયના દરદીઓમા એટલો બધો વધી જાય છે કે પાગળથી તેમને ભેસવાની જગ્યાએ અથવા ગરદન ઉપર અથવા હાથ વિગેરે ઉપર ગુમડા જેવું ઉપમે છે આના ફોલ્લાઓ કુડી જાય છે ત્યારે તેમાનો પદાર્થ બહાર નીકળી જાય છે એટલે દર્ગને ચેત પડે છે. આવા ફોલા તદુસ્ત માણુઓને પણ થાય છે અને તેનું કાળુ એ છે કે અંદરનો પદાર્થ બહાર નીકળી વાને મથે છે. પહેલા ફોલીઓ જેવું થાય છે, પછી તે મોટા ફોલાનું માર્ગ લે છે અને છેવટે તેના મોટા ઉપર ઝીણી આમડી બાંહે છે કે જે બહુ દરદ કરે છે અને ફોલા તદુસ્ત પાકી જાય છે ત્યારે એ આમડી કાઢી જાય છે અને તેમાથી અંદરનો પદાર્થ બહાર નીકળી જાય છે. આ પ્રમાણે ખીમાર માણુઓને પણ થાય છે તમામ માણુઓને કાઠ આના ફોલા થતા નથી. કાઠને વળી ખીજા આકારમા એ ક્યરો બહાર નીકળી જશે શરીરમા તામત હશે ત્યાં સુધી કેટલોક પદાર્થ ફોલા મારફતે નીકળી જશે. પણ ચાલુ ફવાદારને લીધે શરીર વધારે ને વધારે અશક્ત થઈ ગયું હશે તો તે ક્યરો બહાર કાઠવાને અગત્ય થઈ પડશે અને આમ થવાથી શરીરનો ક્યરો હોજરીમા અને અંદરના ભાગમા એકઠો થઈ જાય છે અને આમડી વાટે બહાર નીકળી શકતો નથી ત્યારે ફોલાને બદલે શરીરમા ગાંઠો બાંહે છે જે કાઠ જે નહીં પણ ફોલાઓનો ખીજો આકાર છે કે જેમા નકામો પદાર્થ એકઠો થયા કરે છે અને બહાર નીકળી શકતો નથી જો શરીરમા તામત હશે તો ગાંઠો બહાર નીકળશે નહીં. આ ગાંઠો તે બહાગનો નકામો ક્યરોજ છે. તે અંદર એકઠો થાય છે અને ક્ષયના દરદીઓના શરીર ઉપર ગરદન અને ખીજા ભાગોમા તે આગ નરાત દેખાવ દીધા કરે છે. બહાર નીકળેલી ગાંઠો એ ક્ષયનું મૂળ ધામ છે આવે વખતે શરીરની શક્તિ વધારીએ તો ગાંઠો ઝોડી થાય અને એમ કહ્યા માટે નેચર ક્યોર (કુદરતી ઇદગી) ઉપયોગી થઈ પડશે. તેનો આશ્રય લેવાથી ગાંઠો ઝોછી થશે અને નરી નીકળતી બધ પડશે એટલું જ નહીં. પણ જુની ગાંઠો વેરાઈ જશે.

મારા બાથ લેવાથી શરીરમા જામી ગયેલો પદાર્થ તે ગાંઠોમાથી બહાર નીકળી જાય છે એટલું જ નહીં પણ ખીજા અવયવો મારફતે નમમે ક્યરો બહાર નીકળી જાય છે. અગાઉ હાથડો (જ્યોત્સનાશાસ્ત્ર) પદ્ધતિથી આરી ગાંઠો સાફ કરવામા આવતી હતી તે બરાબર હતું પણ તેમ કરવાથી તેમાથી ક્યરો બહાર કાઠવામા આવતો નહોતો તેથી એ ગાંઠો વારવાર થયા કરતી પણ માગ સામન્સ પ્રમાણે તેમ ચર્મ નવી આથી આપણે જોઈએ છીએ કે ક્ષયની ગાંઠો એ ખીજા કાઠ જે નહીં પણ શરીરની અદગના અંદરનો વધારે જમાવર થયેલો

ભાગ છે. કોઇને ક્યાં તો કોઇને ક્યાં આ પદાર્થ અટકી બેસે છે.

આ ગાદો શાથી થાય છે તે આપણે જાણ્યું તો હવે તેનો ઇલાજ પણ જાણવો જોઈએ. હાલના તબીબો આવી ગાડોને કાપી નાખે છે. એમ કરવાથી ક્ષયના ચિન્હો નાબૂદ થાય પણ દરદ જતું નથી. આપણો મૂળ હેતુ તો દરદને નાબૂદ કરવાનો છે અને કાપ્યાથી તો દરદ વધે છે. શરીરનું કૌતલ વધારીએ તો ક્યારે ઓછો થાય અને તેમ થવાથી ગાડો વેરાઇ જશે; પણ તેમ થવા માટે લાખી મુદત સુધી ઇલાજ કરવો જોઈએ. નકામો પદાર્થ શરીરમાં એકદો ચર્મને ઉભરાય છે ત્યારે તે જૂટે જૂટે રસ્તેથી બહાર નીકળવાને દોડે છે અને દેહસાં તથા શ્વાસનળી તરફ ગતી કરે છે ત્યારે દમ, શરદી, શ્વાસનળીમાં સોજો વિગેરે જણાય છે.

‘શ્વાસનળીના સોજો અને લોહીનું તપત્તું’—અંદરની શક્તિ ક્યારે બહાર કાઢી નાખવા યત્ન કરે છે, સારે તે બહુ જોર કરે છે અને શક્તિ ધરી ગયેલી હોય છે તો દરદીની હાલત ઘણીજ ખારીક થઇ પડે છે અને મૃત્યુ પણ નીપજે છે. આ રોગમાં કંડા બાથ આપવાથી ધણે લાભ થાય છે અને આ બાથથી આવા દરદો મુધરી શકે છે. જેનો પુરાવો મારા યોડાક કેસ અંગે રજુ કરીને આપીશ. નવ વર્ષની એક છોકરીને ‘દેહસાતું’ દરદ લાગ્યું હતું, એક્ષેપથીના એક દાકતરે તેની બે એક મહીના સુધી સારવાર કરી પણ તેથી તો તે છોકરીને ઝેર ચડી ગયું અને તે મરવા સુનો ત્યારે મને ખોલાયો. આ કેસ મેં હાથમાં લીધો અને બીજા દિવસથી જ સુધારો માત્રમ પડ્યો. એક અફવાડીઆમાં તો ખાટલામાંથી ઉઠી હરતી હરતી થઇ અને બીજાં ધોળાક અફવાડીયામાં તો સારી થઈ ગઇ. આ બધું કુદરતી ઉપાયોને આભારી છે. બે મહીના અગાઉ આ ઉપાયો લીધા હોત તો તે છોકરી એટલી બધી હેરાન થાત નહીં.

દેહસાના રોગમાં શરીરમાં ગરમી વધારે રહે છે અને શ્વાસ લેતી વખતે દેહસાં આગળ હવા બગડે છે એટલે કે જે ક્ષણે આપણે શ્વાસ લઇએ છીએ તેજ ક્ષણે આપણાં દેહસાં બહારથી આવેલી ઓક્સીજન (પ્રાણવાયુ) હવાને તેની સાથેની નાઇટ્રોજનનું દવાથી જૂદી પાડે છે. ઓક્સીજનનો કેટલોક ભાગ શરીરમાં રહે છે અને શરીરની મંદી હવા સાથે નાઇટ્રોજન હવા બહાર જતી રહે છે. શ્વાસોચ્છવાસની આવી ક્રિયાથી શરીરમાં દહન (ગળવાની) ક્રિયા ચાલ્યા કરે છે અને તેથી શરીરની ઉષ્ણતા-ગરમી-વધે છે અને જ્યારે નકામો પદાર્થ એકદો થયો હોય છે અગર કોહોવાટ થયો હોય છે ત્યારે તો ઉષ્ણતા હદ બહાર વધી પડે છે.

પેટમાં ક્યારે વધી પડવાથી જંતુઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને શરીરની ગરમી જેમ વધારે તેમ જંતુઓની ઉત્પત્તિ પણ વધારે થાય છે. ક્ષયના દરદમાં શરીરની ગરમી વધારે રહે છે તેનું કારણ આજ છે. તબીબો આ બધું જાણે છે છતાં પોતાના જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરતા નથી અને જંતુઓ સામે અકુદરતી ઉપાયો ચલાવે છે.

તબીબો કહે છે કે દરેક રોગમાં અમુક પ્રકારનાં જંતુઓ હોય છે. એક છોડવાને જૂદી જૂદી જંતુઓમાં ઉગાડીએ અથવા એક પર્શને જુદી જુદી હવામાં રાખીએ તો છોડવાની જાન અને પક્ષીના પીછાં પણ જુદા જુદા જાતનું સ્વરૂપ પાડશે. એવી જ રીતે જૂદા જૂદા જંતુઓ પણ જુદા જુદા શરીરમાં સંજોગ પ્રમાણે જુદા જુદા આકાર અને સ્વરૂપો ધારણ

કરે છે. આ બધું સારી રીતે સમજનારા ક્ષયનો રોગ જલ્દીથી સાજો કરી શકશે. પ્રથમ તો અંદરની ગરમી ઝાડી દરવી, પછી શક્તિ વધારવી એટલે હોજરીની દિવા સુધરશે. પછી કુદરતી ખોરાક આપવો અને મારા બાથ આપવા અને તે વળી નિષ્ક્રીય વળતે આપવા. વખત તથા પદ્ધતિમાં જરા પણ ફેર પડવા દેવો નહીં. આ બાબતમાં ઘણી ગેર-સમજૂતી હોય છે અને તે ફર થી જોઈએ. દરદીને ખુશ્કી ચોખ્ખી હવામાં ફરવું જોઈએ. સનગ્રાથ-અર્ધસ્નાન-પગ ધણી ઉષ્ણગી ચર્મ પડશે.

" ટ્યુબર ક્યુલીન " નામની રસી મૂકવામાં આવે છે તેને હું ધિક્કારું છું. એતું ઝેર નકામા પદાર્થના વધારામાં ઉમેરો કરે છે અને શરીરની ઉષ્ણતા વધે છે. વધારાનો ક્યારો ને બહાર કાઢવો જોઈએ તે જતો નથી અને રોગ પણ મટતો નથી. અમુક દરદમાં અમુક રસી મૂકવાથી દરદ મટતું નથી પણ શરીરની તંદુરસ્તી ઉપર ઉલટી માડી અસર થાય છે. સ્વતંત્ર ચિચારનારાઓ અને જુનો અત ધરાવનારા દાકતરો હવે આ રીતે ધિક્કારે છે.

વધી ગયેલા દરદમાં પગ મારી રૂઢી સાઈ કામ કરે છે. આ દરદ કદાચ સાજું નહીં પણ થાય તોપણ દરદી લાખો વખત ટકી શકશે. દરદીની શક્તિ જળવાશે તો દરદનો ઈલાજ પણ થશે. સાથે સાથે પાચનશક્તિ પણ સુધારવી જોઈએ. પાચનશક્તિ સુધરી તો દરદી જરૂર સાજો થશે સમજવો. મારી રૂઢી પ્રમાણે ક્ષયના ઘણા કેસો સુધર્યા છે અને તેમની પાચનશક્તિ સુધારીને તેમને જલ્દી સાજા કર્યા છે. પાચનશક્તિ સુધારવાથી શરીરની ગરમી માફકસરની થશે અને વધારાનો ક્યારો બહાર નીકળવા માંડશે એટલે દરદ ઝાડી થશે.

તંદુરસ્ત શરીર હોય તો ક્રીકશન સીટસગ્રાથ લેવાં એટલે શરીરનો ક્યારો વહેલો બહાર નીકળી જાય. સ્ટીમગ્રાથ અને સનગ્રાથ સારા છે પણ તે ઉપરાંત સ્વચ્છ અને ખુશ્કી હવાની ઘણી જ જરૂર છે. દરદ બહુ વધી ગયેલું હોય છે તો સ્ટીમગ્રાથ અને સનગ્રાથથી ઉલટું દરદ વધારે થશે અને તે વખતે ક્રીકશન હીપગ્રાથ આપવો અને પાણીની ગરમી ૮૦ થી ૮૫ ડિગ્રી સુધી રાખવી. ચરૂઆતમાં દરદીને પાંચ થી દસ મીનીટ આ બાથ આપવો અને પછી કમે કમે તે વખત વધારવો અને દિવસમાં વખતો વખત આવા બાથ આપવા કરવા. શરીરમાં શક્તિ આવ્યા પછી ક્રીકશન સીટસગ્રાથ આપવા. કેટલાક કેસમાં ઘટતો સુધારો થતો નથી તોપણ દરદ તો જરૂર ઝાડી થાય છે. પાચનશક્તિ સુધરી તો રોગ તદ્દન સાજો થવાનો.

દમ કે ઉધરસ વિષે—૬૫ વર્ષની એક વૃદ્ધ સ્ત્રી દમથી બહુ પીડાતી હતી. તેણે જેમ જેમ વધારે દવાઓ ખાધી તેમ તેમ તેની હોજરી બગડતી ગઈ અને દસ પગલાં પણ ચાલી શકતું નહીં. શ્વાસ મુંઝાવા કરે. તબીબોના ઈલાજ લાગુ પડતા નથી અને તબીબો લાચાર થાય છે ત્યારે દરદીને ગરમ કે સુકા દેશમાં જવાનું કહે છે. આ બાબતે પણ ગરમ દેશમાં જવાની સલાહ મળ્યા પછી તે બાઈએ પોતાના કોઈ ઝોળખીતાની બલામજુથી મારી પાસે આવી અને મને ઉપાય કરવા કહ્યું. તે બાઈ મારા કહેવા પ્રમાણે બરાબર વર્તવા લાગી એટલે ઉપર ચૂડી ગયેલો વધારાનો ક્યારો નીચે પડ્યો અને પાચનશક્તિ સુધરી. ઝાડા અને પરસેવો પુરુષ થવા લાગ્યા. આ બાઈ હમોશ સ્ટીમગ્રાથ લેતી. પ્રથમ તો દરદ ઉભરાયું અને બુઝ જોર કરવા લાગ્યું. બહાર મહીનાનો એકઠો ચયેલો ક્યારો ધીમે

ધીમે ત્રણ મહીને બહાર નીકળ્યો એટલે દમ મગી ગયો. એક બીજી દૃષ્ટાન્ત-૬૦ વર્ષના એક જલ્દ પુરુષની દાકતરોએ આશા મૂકી દીધા પછી તેણે મારા ઇલાજ કર્યા અને તેને ધીમે ધીમે આગમ થયા લાગ્યો. બાથથી ખાસી અને દમ ઓછા થયા અને જેમ જેમ બાથ લેતો ગયો તેમ તેમ શક્તિ વધવા લાગી. આ ડોક્ટરો મુકલ જેવો હતો તે ઉભો થયા લાગ્યો એક વર્ષ સુધી ઇલાજને લીધા પછી હાડપીંજર જેવું શરીર પુરુષત્વનાં શુભ અને માથા ઉપર જ્યાં મિલકુલ વાગ નહોતાં ત્યાં પુષ્કળ વાળ પણ ઉગ્યા.

ક્ષયનું ગંભીર સ્વરૂપ—૩૦ વર્ષની એક સ્ત્રીને ક્ષયનું દરદ બહુજ વધી ગયું હતું અને સુરે ત્યારે મો ઉઘાડું રહે આ સ્ત્રીની માને પણ ક્ષય થયેલો હતો એટલે તે વાગસામા ઉતર્યો હતો. તેના બાઈ બહેનોને પણ ક્ષય હતો. આ દરદી ૨૦ વરસની ઉમરે લાલમંબ અને રૂદ્ધ પુષ્ટ હતી પણ ૩૦ મે વર્ષે હાડપીંજરજેરી બની ગઈ અને ઝાગખાય પણ નહીં. પાચનશક્તિનું કાંઈ ટેકાણું નહોતું. કાંતો બધેકાંપ થાય અગર તો ઝાડા થઈ જાય. માથામા તથા દાંતમા દરદ થાય અને વારવાર છાતીમા દુઃખાવો તથા મુઝનણ થઈ જાય દેરસા એકદમ નબળા પડી જવાથી આ બધું થાય છે. આ સ્ત્રીનું રજસ્વલાપણું પણ નાશ પામ્યું હતું અને કોઈ વખતે રજસ્વલા-ઝડતુ-આવતું તો તે બંધ પણ થતું નહીં. પ્રથમ શરીરે ઠીક લાગતી પણ શરીરમા તે રૂવે રૂવે ક્ષય બ્યાપેલો. મે પ્રથમ તો બાક-શેક-આપવા માડ્યા પ્રથમ કડો અને પછી વરાળનો. ખોરાક એકદમ સાદો આપી ચોખ્ખી હવામા રાખી. ૭ મહીના પછી તેનું દરદ મટી ગયું અને મેડા ઉપર ચડના લાગી ધિમે ધિમે પાચનશક્તિ સુધરી અને માથું દુઃખતું નરમ પડ્યું. આનો અર્થ એટલો જ કે તે સ્ત્રીને વધારાનો ક્યારો પેટમા એકડો થયા લાગ્યો. આ સ્ત્રીને વર્ષમા બે વખત ધાણું કંઈ વેલું પડે છે અને તે વખતે ફેફસાના જતુઓ ફૂટા પડે છે, આથી દરદીને ઘણી નબળાઈ જણાતી. મારા ઉપાયોથી દરદ સમૂળથી ગયું અને તે વાતને બે વર્ષ પીતી પણ ગયાં.

હવે એક બીજો દાખલો રજુ કરીશ. ૪૦ વર્ષની ઉપરના એક પુરુષને ક્ષય લાગ્યું પડ્યો અને સલાહ મળવાથી ઇટાલી જઈને ગ્યો. તેના ચહેરા નોંધને મે તેને કહ્યું કે તું બે વર્ષથી વધુ જીવશે નહીં. તેનું કારણ એકે તને લાગ્યું પડેલો ક્ષય બહુજ વધી ગયો છે અને તને ગરમ દેશ અનુકૂળ આવશે જ નહીં. તે ઉપરથી તે મારી ખાસે આવ્યો. મારા ઉપાયોથી એક મહીનામા તેની તદુગત્તી સુધરી પણ મુત્રાશય અને આંતરડામાથી લોહી પડવા માડ્યું એકાદ અડવાડીયું મે તો મારા ઉપચારે ચાલુ જ રાખ્યા અને સુધારો થયો અને આ રોગ તેના ઉપર વારવાર હુમલો કરતો હતો તે દૂર થયો. દોઢ વર્ષ પછી તે તદ્દન સાબો થઈ ગયો.

હાડકાંનો ક્ષય વિગેરે—ક્ષયના તમામ દરદીઓ નાની ઉમરના છતાં હાડપીંજર જેવા હોય છે. આથી કરીને તેમના હાડકા મજબૂત હોતાં નથી. કેટલાક નાના આગકો ઉમરે પહોંચતા તેમના હાડકા વાદળીની માફક કુલી જાય છે આથી કેટલાકના હાથ પગના હાડકા કાપી નાખવામા આવે છે અને તેમને હમેશને માટે અશક્ત બનાવી દેવામા આવે છે. મારૂ કહેવું એટલું જ છે કે માટ્ટી રૂઢીના ઉપચારોમા વાદકાપની મિલકુલ જરૂર પડતી નથી. જેવી રીતે ખરામ ક્યારો ઉચે ચડ્યો હોય તેને ખાટો નીચો ઉતારવો. એજ જરૂરનું,

છે અને એટલુ દરવાથી દરદ સારું વધુ છે કેમકે આજ સુધી વાક્યના કાર્યો એવા દર-
દીઓ સામ્ય થઈ શક્યા જ નથી. એક એવો છોડો માગ જોવામા આવ્યો કે જેના પગના
નળા તદ્દન ટેંકી ગયા હતા. મે તેને સામે ખોગદ અને દંડવાળા માથે આપવા માડ્યા
અને બધો સુમો થઈ ગયો. આ વાતને છ એક મહીના થયા હતા અને તે પછી તેની
સામાન્ય તંદુરસ્તી પણ મારી થઈ ગઈ તે હમેશા શુભશુભ અને ઉદામ દેખાતો હતો તેને
બદતે તે હારે દસમુખો અને આનંદી જણાના લાગ્યો. આ પ્રમાણે એક બીજા છોડગના
ગોઠણ કોઈ ગયા હતા. કામરે તો તેને કાપી નાખવા માગતા હતા પણ તે છોડરો મારી
પામે આવ્યો. મે તેને નરેક મહીના સુધી બાક આપી આપીને ઘુટાયુ આગળનો દારૂ
પદાર્થ ઉપર ચડાવ્યો અને તે ઘરે પેઠા આવવા ત્યાંથી દાઢા ત્રણેક મહીના લાગ્યા
આખરે તે સાને થઈને ગયો.

લ્યુપસ (Lupus)—માર્ગ રિધાથી લ્યુપસ જેવુ શુદ્ધ દરદ પડુ સાદુ થાય છે.
૪૧ વર્ષની ઉમરની એક સ્ત્રી હતી. તેને ગૌશીતગાની ગ્રી મૂખ્યા પછી તેની તંદુરસ્તી
બગાડના લાગી પહેલે વર્ષે તે તંદુરસ્ત હતી બીજે વર્ષે તેને ગૌશીતગાની ગ્રી મૂખ્યા.
દસમે વર્ષે તેના મોઢા ઉપર લ્યુપસની નીચાની જણાવા લાગી ત્રીસ વર્ષ સુધી આ બાક
અનેક તબીબોની મનાહ લીધી પણ બહુ બર્થ ગોડોથી મોટું એટલું બહુ ભંગઈ ગયુ કે
તેના મોઢા સામુ જોવુ પણ ગમે નહીં મે તપાસ કરી ત્યારે મને જણાયુ કે વધાગનો
પદાર્થ બહુ મારી જગ્યાએ એકઠો થયો છે. મે તેને મારી કઢી મુજબ બાથ આપવા માડ્યા
એક ખખવાડીયામા ફેરફાર જણાના લાગ્યો. પછી પાચનશક્તિ સુધરી અને જાડો પુરક
છુટના લાગ્યો. મે મહીનામા તેની ચામડી અસલ રંગ ઉપર આવી ગઈ. લ્યુપસના આવા
કેસો મારી પામે અનેક આવી ગયા છે. વધાગનો ક્યારે સગીરના આગલા ભાગ ઉપર હોય
છે હારે કેસ સુધરે છે, પણ જ્યારે તે પાછળ હોય છે ત્યારે કેસ બગડે છે. કેટલાક દરદી-
ઓએ ગ્રોહક અંવાડીયા પછી સાગરા બંધ કરી હતી તેથી નેમને ફાયદો થયો નથી, પણ
પાચનશક્તિ તો સુધરે છે. આવા માણસો લાખા વખત સાગર ચાલુ મખવા દેતા નથી
તે સાદુ નથી.

રોગીન ખાતે રહેતી એક બાલુને લ્યુપસ લાગુ પડ્યો હતો તેના મહેરા ઉપર ૧૯
વર્ષનો લ્યુપસ એકઠો થયો હતો તેણે બધા ઉપાયો કર્યા પણ દરદ મટ્યુ નહીં. આવે
દરદો મહેરા પુષાનના તે બાઈ મહેરા ઉપર ચુરખો પકેરીને ફટી આખરે મારા પામે
આવી અને મારા ઉપચારથી તે સાજુ થઈ. તેણે મને લખેલા એ પત્રમા જણાવે છે કે
“તમારો ઉપાય લીધા પછી મારું જીવન દરદ નાશુદ થયુ તે માટે તમારો આભાર માનુ
છું. ૧૯ વર્ષ સુધી વળા દાઢરિએ ઉપાયો કર્યા પણ અંતે તમારે હાથે જ મારું દરદ સાર
થયુ. મારા જેવા દરદીઓને હું તમારી સારવારમા રહેવાની બવામશુ કરીશ.

લી.



જનનેન્દ્રિયનાં દરદો.

સ્ત્રી પુરુષોના મધ્યન સમાગમથી જે દરદો ઉત્પન્ન થાય છે તે વિશે દર્શી પણ સરમ-
રાખ્યા વગર હું યોડુંક કહેવા માગું છું. આ ચોપી રોગો એટલા બધા ફેલાઈ ગયા છે કે
જો તેનો અટકાવ અને ઉપાય નહીં થાય તો તે એક મોટું પાપ છે. સાધારણ લોકો આવા
દરદોના માફ પરિણામનું માપ લઈ શકતા નથી બીજા કેટલાક ડાક્ટરી ઇલાજો કર્યા કરે
એટલે ખરે ઇલાજ ગોળને સુગ્રતો નથી. આ બાબત ઉપર બહુજાણુ મુદ્દો બેઠો
જરૂર છે. આ રોગ ઉપરથી મોટે ભાગે ક્ષય લાગુ પડે છે. તખીમો આવાં દરદો યોગ્ય વખ-
તને માટે અટકાવે છે અને દરદીઓ તો એમ માને છે કે અમારું દરદ જડખાથી ગયું
અને આથી જ બેહદ નુકસાન થાય છે. તખીમોની સલાહથી કેટલાક દરદીઓ એમ માને
છે કે અમે હવે સાજા થઈ ગયા છીએ માટે લગ્ન કરીએ. પરિણામે સ્ત્રી અથવા પુરુષની
જીંદગી રદ કરવાનો વખત આવે છે. જનનેના સમાગમમાંથી એક બીજાનું લોહી એક બી-
જામાં ઉતરે છે. તંદુરસ્ત સ્ત્રીમાં પુરુષનું દરદ દાખલ થાય છે અને તંદુરસ્ત પુરુષને સ્ત્રીનું
દરદ લાગુ પડે છે. આવા જોડાના બચ્ચાઓ અવપાલુથી થાય છે અગર જીવન પર્યંત નોખાય
છે. જનનેન્દ્રિયના રોગવાળાં માનવિનાનાં બાળકો કુદરતી રીતે પુર્ણ પાધરાં અવતરતાં નથી.
તંખીમો તો આવા દરદીઓને ક્ષય થયાનું જ માની ખેમે છે અને તેને સાજાં કેમ કરવાં
તે તો તેઓ જાણતાજ નથી. દરદનો તરતજ ઇલાજ લેવાને બદલે દરદીઓ દરદને વધવા દે
છે અને તખીમો તેનો કાષ્ઠિય કાર્યસાધક ઇલાજ કરી શકતાજ નથી.

મરોરો જોઈને રોગ પારખવાની મારી વિદ્યા મુજબ હું પારખી લઉં છું કે તંદુરસ્ત
જણાતું એક માણસ ક્ષયથી કેટલું બધું મદમદેહું છે. ધણાખરાં માણસો તો ગરમીનાં છુપાં
અને ખુરાં દરદોથી સડમડના હોય છે. સ્ત્રીપુરુષના જનનેન્દ્રિયનાં ગરમીના દરદો અનેક પ્રકારના
હોય છે પણ મારા સિધ્ધાન્ત મુજબ તો રોગ એકજ પણ, તેનાં સ્વરૂપો જુદા, જુદા
છે. જેનામાં બહારનો પદાર્થ જે પ્રમાણમાં એકઠો થાય છે તેના પ્રમાણમાં તેને દરદ ઓછું
વધતું થાય છે.

કુદરતે ઝાઢો થવાની જગ્યા અને સ્ત્રી પુરુષની મુલેન્દ્રિઓની જગ્યા પામે પામે ગોઠવી
છે. વળી વધારાનો તમામ કચરો એજ જગ્યાએ એકઠો થાય છે અને સ્ત્રીઓમાં તે પદાર્થ
બરાબર માલમ પડે છે. ચાદી-ઉપદંશ-ગરમી એ નામથી ઓળખાતું દરદ બહુજાણુ યુવામાં
ખુરું છે. આ દરદને માટે કુદરતી સિવાય બીજા ઇલાજો હોઈ શકે જ નહીં. ઘાનરો પારાની
દવાથી કે બીજા ઉપચારથી ચાલને બદારથી દેખીતી ગીતે મટાડે છે પણ તે દરદની જડ
તો જતી નથી. પુરુષના વીર્યમાં રહેવ ગરમીની જડ સ્ત્રીની ચોરીમાં પ્રવેશ કરીને સ્ત્રીની
જીંદગીને પાપમાન કરી નાખે છે ગરમીનાં યુગ દરદની દેખીતી ગરમી કરનાં છૂપી ગરમી-
અદ્રશ્ય ગરમી-વધારે બંધાર અને કષ્ટસાધ્ય છે.

સંકેદ પદાર્થ જોડો, પ્રમેદના અનેક સ્વરૂપો, બદની ગાંઠ, ચાદી, ઉપદંશ, વીર્યદાક,
ચદાં વિગેરે ગરમીના ચોપી દરદો છે. સ્ત્રી પુરુષમાં વિષયની લાલસા કે વેગ એ એક સ્ત્રી
મિના છે કે જે ઝોઈ બરાબર મજબૂતી નકતું નથી. તમામ પ્રેરણાની પેઠે મંત્રોગની પ્રેર-

શુના બે યોગ છે. એક મધ્યમ અને બીજો અતિયોગ. શરીરમાં નકામો કચરો વિપવવાસ-
નાને ઉકેરે છે અને ગાનતંતુઓને બહેકાવે છે. મધ્યમ યોગ કે મંથેગ એજ કહેવાય કે
ત્રીપુરપનો સમાગમ ઉકેરણીની લાગણી વગર શાન્તિથી કુદરતી રીતે થાય. સાદા ખોરાક
અને સાદા જીવનથી કુદરતી સંયોગ થાય. વધારાનો પદાર્થ અગર કોઈ અદૃશ્ય દરદ હોય તો
વેપય વાસના વધારે થાય છે. સંયોગની ઇચ્છા કેમ થાય છે તે જાણવું જોઈએ. આપણ-
માં જેમ આપણું જળવચ્ચની ઇચ્છા રહેલી છે; તેમજ આપણું પોતાનું મનાવવાની ઇચ્છા
જાણુ રહેલી છે. સુધરેલામાં ખપવા જવા માંગતા કેટલાક માણસો સંયોગને એક ખરાબ વા-
નતા તરીકે માની બેઠા છે. તેમની આ માન્યતા ખોટી છે. આ એક કુદરતી કાયદો છે પણ
તેમાં હક અને બેહક આવે છે. બેહક-અતિયોગ-થાય તો જાણવું કે શરીરમાં વધારાનો
નકામો પદાર્થ એકદો થયેલો છે જેથી ઇન્દ્રિ ઉકેરાય છે. વારંવાર વિપવવાસના થાય ત્યારે
જાણુસે તપાસવું કે માફ શરીર કેટલું તંદુરસ્ત છે. કોઈ છુપા અદૃશ્ય દરદથી મગદાર પાસે
શરીરનો વધારાનો નકામો પદાર્થ ધકેલાઈ આવે છે અને તેથી શરીરના તે ભાગ પાસેના
અવયવોને બહુ ઉકેરણી મળે છે. પરિણામ એ આવે છે કે મનની ઇચ્છા ઘણી વધે છે
પારે ખરી રીતે કામ કરવાની શક્તિ ઘણી ઘટે છે. કુદરતના કાયદાનુસાર પોતાની જાણી
જાણનાર તંદુરસ્ત માણસોને વિપવની લાલસા ત્રાજ મધ્યમસર પ્રમાણમાં જ થાય છે અને
લાલસા થયા પછી જરા પણ નબળાઈ લાગતી નથી.

જે માણસના શરીરમાં વધારાનો કચરો હોય છે તેને ગરમીનાં દરદો વધારે જલ્દીથી
લાગુ પડે છે અને તે ઉડતો રોગ ગણાય છે. એક સ્ત્રી બે પુરૂષની રખાત હતી. આ સ્ત્રીને
તેથી બેમાંના એક પુરૂષનો કશો રોગ લાગુ પડ્યો નહોતો પણ બીજાને રોગ લાગુ પડ્યો
હતો તેનું કારણ એટલું જ કે એક માણસે સ્ત્રીના પેટમાં પોતાના વધારાના કચરાનો અદૃશ્ય
અદૃશ્ય નાખ્યો અને તે સ્ત્રીની સાથે સમાગમમાં આવતાં બીજા માણસની ઇન્દ્રિને તે કચરો
બંધ બેસતો થઈ પડવાથી તેની આમડીએ તે ગ્રહણ કરી લીધો. તેને દરદ લાગુ પડ્યું. પતિ
પત્નિનો સમાગમ એવો હોય છે કે તેમના ગુપ્ત અવયવો એક બીજાના સમાગમથી ટેવાઈ
ગયેલા-પલેટાઈ ગયેલા-હોય છે. આથી એક બીજાને મુસ્કેલી કે અગવડ જણાતી નથી પણ
બેમાંનું એક કોઈ ત્રીજા સાથે સમાગમમાં આવે છે ત્યારે રોગની શરૂઆત થાય છે. આ ઉપ-
રથી જણાઈ આવશે કે સંયોગ એ કેવી પાવત્ર વસ્તુ છે અને જરૂર દર્મ-વિપવ વાસનાએ
કેવી દુષ્ટ વસ્તુ છે. ગરમીનાં દરદો આખી દુનિયામાં કિવળ વિપવ વાસના અને બ્યભિચાર
થીજ ફેલાયાં છે.

આ દુષ્ટ ગરમીનાં દરદો કેમ ફેલાય છે? બહારનો પદાર્થ જે માણસના શરીરમાં
ફેલાયો હોય અને તેનું વીર્ય કોઈ સ્ત્રીના શરીરમાં પડે તો તે સ્ત્રીને તે માણસના દરદના
બી લાગુ પડે અને અંદર દાખવ થયા પછી કુલે છે અને ફો પલ્લ છે. ત્યાર પછી દરદ
લાગુ પડે છે. છુપા રોગો એ કાંઈ નહીં પણ એક જાતનો કોહોવાટ-સડો-છે એક સ્ત્રી એક
કરનાં વધારે પુરૂષના સમાગમમાં આવીને આ દરદનો ફેલાવો કરે છે. આ રોગનો અટકાવ
કરવો હોય તો બ્યભિચાર કે છીનાંગાં અટકવાં જોઈએ. લાલના તળીઓ ઇનજેક્શન-રસી
મુકે છે-કરે છે. એથી તો ઉલટું ઝેર મડે છે અને શરીરનો રોગ સાબો થતો નથી, શક્તિ
પણ નાશ પામે છે. ડાક્ટરો ઇનજેક્શન આપી દરદીને સજી કરવા માગે છે પણ એથી

તો ઉલટું નુકસાન થાય છે અને રોગ તો ઉલટો વધી પડે છે. મતલબ કે બહુ કાદના ઉંટ પેમે છે. મારા ઉપચારો રોગને દબાવી દેવાના નથી પણ રોગને સાબ કરવાના છે. હાલનું મેડીકલ સાયન્સ જે રીતે એ દરદો ઉપર દવા કરે છે તે થોડા વખતને માટે દરદને દાબી દે છે, પણ અફમોસ એટ્યોગ જે કે પાઝાવી એક યા બીજા રૂપમાં રોગ વધારે, સખ રૂપમાં ઉભરાય છે, તેની તેઓને થોડી જ ખબર છે. લોકો પણ એવી જ ભૂલ કરીને તે ઇલાજોને ખરા માને છે. મારા પાસે એના દાખલાઓ છે કે જેને આધારે અત્યારે હું એ મેડીકલ સાયન્સ સામે એ બાબત ઉપર જે બોલુ છું તેનો પુરાવો મળે છે. દવાથી શરીરની ખરી શક્તિ નાશ થાય છે, પણ વર્ષો પછી એ શક્તિને પાછી સજીવન કરો તો તે દરદો પાછા વધતાં એજ પ્રમાણમાં જણાય છે. મારા બાપ વડે શક્તિ તો પાછી સજીવન થાય છે જ અને ઝડેજ દરદોનો ઉભરો જે દામી દેવામાં આવ્યો હતો તે પણ ઉભરાય છે પણ મારા ઇનાજે વડે તે ઉભરો અને દરદ જડમૂળી નાશ પામે છે. દરદ પાછું ઉભરાય તેની શીકર કરવી નહીં. માગ બાથની રૂઢી રીં એ રોગ સામે થાય છે, કારણ કે તેથી વધારાનો પદાર્થ છુટો પડી જાય છે. હું એમ નથી કહેતો કે દરેક આદમીને હું સાબ કરી ચકું છું. જેની પાચનશક્તિ મારા ઇલાજોને મદદ કરવાને લાવકની હોય છે તેમને જ કાપદો માલમ પડે છે. જ્યારે ડોઈ પણ ઓ પુરૂપના રોગો શરીરમાં જણાય ત્યારે ધ્યાન રાખવું કે તે નકતર કરતા કચરાનું પરિણામ છે જે તેનો ઉપાય કરનામાં નહોં આવે તો તેમાંથી ધણે ભાગે ખાસી, ફેફસાંના રોગો, ક્ષય વિગેરે રોગો લાગુ પડે છે અને કદાચ તે માણસને પોતાને માલમ નહોં પડે તો તેના બાળકોને તો જરૂર તે વારસામાં મળશે. તબીબોનું વૈદુ આવો દરદોમાં વધારો જ કરે છે. માને ખબર નથી પડતી કે મારા બાળકને કંઠમળ કે ક્ષય કેમ લાગુ પડે છે પણ તેનું ખડ કારણ એ કે બાપ કાઈ યુરો રોગ કાઈ આવેલો હોય છે આથી બાપના શુન્દાને લીધે બાળકોને ખમવું પડે છે. જે માગપો મારી પદ્ધતિ મુજબ આવ્યા છે તેમના બાળકોને ઉછેરવામાં સ્કેજ પણ હકત નહીં નથી.

પરમે અને આદી જેવા કાલીસ દરદો પણ કચરાના જોરથી થાય છે. શરીરની અંદર ગરમી વધે છે ત્યારે તે કચરો લોહી અને પડના રૂપમાં બહાર પડે છે. આવે વખતે ખડ જેતા તો અંદરનું અંગ એવો ખરામ પદાર્થ કાઢી નાખીને સાર થવા માગે છે. મૂળ વાત એ છે કે એ બહાર નીકળતી વસ્તુને જેમ બને તેમ દરદ વિનાની બનાવવી પણ તેને અટકાવવી નહોં. મારા બાપ પ્રમાણે આનું મંતોપકારક પરિણામ આવે છે બીજા હાથ ઉપર આપણા તબીબો શું કરે છે તે જુઓ. તેઓ ઇનજેક્શન મૂકશે. કોષ મગ્ગ્યુરી, ઝીક, આઇડોદોર્મ એવું પુરૂપ કે સ્ત્રીના ભાગોને લગાડશે. તેથી બહાર નીકળતો કચરો આનરકમાં બરાબ જાય છે અને એમ થાય છે ત્યારે તે પર જાય છે ક્યા ? કુદરતના રીવાજ પ્રમાણે ખરેખર તે બીજે ઠેકાણે જતું હશે. આથી ખગમ ચાપમાં આખા મીચીને મડપા મડેલા લોકોના દરદો વધે છે. મેડીકલ સાયન્સના ઇલાજો કારગમ જ લાગના હોય તો આજે તમે જોશો કે ચહેરામાં દવાચાળાઓ, હોસ્પીટલો, સેનેટારીયમ વિગેરે વધારે ને વધારે થતા જાય છે તેનું કારણ શું ? કેટલાક વર્ષો ઉપર એક દરદી મને કહેવા લાગ્યો કે મને હાર્ટડીસીઝ થયો છે. મેં તેને મારી સારવાર નીચે રાખ્યો. એક જખવાડીયા પછી તેને ગુદા-મૂત્રાશયનું દરદ થઈ આવ્યું. ત્યાર પછી પરમે ઉભગઈ આવ્યો કે જે તેને ૧૮ વર્ષ ઉપર લાગુ પડ્યો હતો. થોડા વખત પછી, ધિમે ધિમે સામાન્ય લંડસ્તની સુવચ્ચ,

લાગી અને હાર્ટીસીઝ-હૃદયોગ-દૂર થયો. સારવાર દરમીયાન દરદી અને દહેતો હતો કે ૧૮ વર્ષ ઉપર અને પરમેા થયો હતો જે બાહોશ તખીએએ સાન્ને ધર્યો હતો. ત્યાર પછી ગુરદા-મનાપય-નું દરદ લાગુ પડ્યું હતું અને જળદર લાગુ પડે તે પહેલાં હાર્ટીસીઝ લાગુ પડ્યો. મે' તેને સમજાવ્યું કે તારો પરમેો સાન્ને કરવામાં આવ્યો નહોતો પણ તેને દક્ષ સમાધી દેવામાં આવ્યો હતો. જે ખરેખરો સાન્ને તો મારી રૂઢીથી થયો.

ખીજે દાખલો લ્યો—૪૭ વર્ષની ઉમરના ખેરન વેન ઇનામના માણસને હાથ લાગુ પડ્યો હતો. દસ વર્ષ અગાઉ તેને તેની અસર જણાયેલી તે વખતે દાકતરોએ તેને ઇનજે-કશન આપેલું. પોટેસીયમ, મરક્યુરી-પારો વિગેરે તેના લોહીમાં ઉમેરવામાં આવ્યા અને તેથી તેના મોઢામાં સોજો અડી આવતો હતો. તેના શરીરમાં પારો દાખલ કર્યા પછી તેની તખીયત બહુજ બગડી અને આંખે પણ ઝાખ આવવા લાગી. આથી દવાદાર ઉપરથી તેના વિશ્વાસ તદ્દન ઉડી ગયો. મે' તો તેનો અહેરો જોઈનેજ કહ્યું કે તારા શરીરમાં કચરો વધી પડ્યો છે અને તારા લોહીમાં ઝેર અડ્યું છે, માટે દિવસમાં બે અને ત્રણ ત્રણ બાથ શરૂ કર. છ મહીના પછી તેની હાલત દેરવાઈ ગઈ. પાચનશક્તિ ઘણી વધી ગઈ અને કામ હમેશને માટે જતો રહ્યો.

નપુંસકપણું—આજના સુધરેલા જમાનામાં નપુંસકપણું દરતા ખીજે સામાન્ય રોગ કોઈ નથી. તખીએએ તેને માટે કાંઈ કર્યું નથી. કારણકે તેઓ તેનું ખરૂં કારણ સમજી શક્યાજ નથી. જે કાંઈ દરદો થાય છે તે માત્ર શરીરમાં કચરો વધી પડવાથી જ થાય છે, એ નશીબ સંનેમે મારી રૂઢીથી હું પુસ્તવાર કરી શક્યો છું. વધારાના કચરોને પહેલાં દૂર કર્યો હોય તો ગમે તેવાં ખરાબ જાતનાં દરદો સાન્ને થાય. મારા ઈલાજથી મે' જોયું છે કે મંભોગ કરવાની મનની વાસના દદ ઉપરાતની હોય તો ઝોછી કરાય અને જો તેમ ન હોય તો તે ઉરકેરી પણ શકાય છે. ઘણી વખતે નીતિના ગમે એટલેા ઉપદેશ આપો તો પણ કામવાસના-મંભોગ કરવાની લાલસા-ઝોછી થતી નથી, પણ માફ સાયન્સ તે સવેને અટકાવે છે. સ્ત્રીઓના નપુંસકપણાને વાંઝીયાપણું કહે છે અને તેનું કારણ એ કે તેથી સ્ત્રીઓની શુભેન્દ્રિઓ ખરાબર બનેલી હોતી નથી. અગર તો તે અવયવો તદ્દન મંદ પડી ગયેલા હોય છે. આ બાબત ઉપર હું આગળ જતાં બોલીશ.

મંભોગ કરવાની પુરૂષની વાસના સ્ત્રીની વાસનાથી તદ્દન જુદીજ હોય છે માટે નપુંસકપણું પુરૂષોમાં જૂઠું જ સ્વરૂપ લે છે અને તે એક જાનનો વ્યાધિ છે. નાનાં બાળકો અને યુવાનોની જનનેન્દ્રિયો દમેશાં ઉરકેરાયેલી રહે છે જેને પરિણામે તેમનામાં હાથરસ-હસ્તમૈયુન-ની છુરી વ્યાદત પડે છે અગર તેઓ અંદર અંદર અકુદરતી મંભોગ કરે છે. ઉરકેરણી યવાથી અકુદરતી લાગણી ઉત્પન્ન થાય છે. યુવાનોમાં જન્યુતિ આવવાથી તેઓ આડે માર્ગે દોરાય છે અને તેમનાં મન આખો દિવસ અકુદરતી અને અવિચારી ખ્યાલોથી ભ્રમિત થયેલાં રહ્યા કરે છે. પરિણામ એ આવે છે કે આવા યુવાનો સ્ત્રીઓ પાસે જતાં શરમાય છે અગર બડકે છે અને મોટી મંખ્યાના યુવાનો તો છેક બીર-ખાવલા બની જાય છે અને એટલે સુધી કે તેઓ પોતાને નપુંસક માની બેસે છે અગર નો પોતાની આત્મ શક્તિ ઉડી જાય છે. આજના જમાનામાં ડેટલાક સારી સ્ત્રિનીના માથુસો પરપંથાં

વગર રહે છે તેનું ખડું કારણ તેઓ સ્ત્રીઓ પામે જતાં શરમાય છે તેજ છે. તેઓ પોતાને પુરુષત્વ વગરના માની લે છે. હજારો યુવાનો પોતાની ખીલની ભર જીવાનીમાં કુદરતી સંબોગ યથાવિધિ કરી શકતા નથી અને કેટલાક તો પોતાની જીંદગી રૂઝ આનંદ થયેલી માની આપઘાત પણ કરે છે.

એક જાણવાન્તેગ દાખલો અત્રે રજુ કરું છું:—એક મોટી જાગીરના વારસદાર ૨૩ વર્ષના યુવાને મારી સલાહ માગી. તેને પોતાની ૧૨ વર્ષની ઉંમરે કુટુંબ પડી હતી જેથી સારો થવાને તેણે મારી પદ્ધતિ અજમાવવા ઠગવું. પોતાના આ દુર્ગુણની બેડીમાંથી મુક્ત થવાને મેં તેને મારા દલાખેનો આગ્રહ લેવા મજબુત આગ્રહ કર્યો પડેલી આદત એટલી બધી મજબુત થઈ હતી કે હજી પણ તે અચાર નવાર કુટુંબ કરી લેતો હતો અને પોતાના મન ઉપર કાબુ રાખી શક્યો નહોતો. ધિમે ધિમે મન દૃઢ થવા લાગ્યો પશુ જે ચાર મહીના થઈ જાય કે પાછું હતું તેનું તેજ. આખરે તે કંટાળીને આપઘાત કરવા તૈયાર થયો. તે દરમિયાન તેના માબાપ તેને પરણાવવાને તૈયાર થયા પણ આ યુવાન પોતાને નપુંસક માની પરણવાને ના પાડવા લાગ્યો. તેણે આખરે મારા કહેવા મુજબ વર્તવાનું કયુંવ કર્યું. મેં મારા મૂખ પરિક્ષા શાસ્ત્ર મુજબ તેને ખુન તપાસ્યો. મને માયમ પડ્યું કે તેની નામ-રદાઈનું કારણ જીવ મંદાસિ હતું અને મારે સૌથી પહેલાં તેનો ઉપાય કરવાનો હતો. અંતે લોહી હોવાથી આવો કેસ સુધારવાનો મને પણ ઉત્સાહ વધ્યો. તેણે દદતાથી અને સુસ્તપણે મારા ઉપચારો આપુ રાખ્યા અને થોડા મહીનામાં તેની હાલત તદન સુધરી ગઈ. બાથની સાથે મેં તેને કુદરતી માદા ખોરાક ઉપર રાખ્યો હતો. તેર મહીના સુધી સારવાર કરીને મેં તેનું નપુંસકપણું નાશ કર્યું અને તે પરણ્યો. આરા ઘણા કેમો મારી પદ્ધતિથી મેં સુધાર્યો છે.

મુત્રમાર્ગ અને મુત્રાશયનાં દરદો.

મીઠી પેસાળ, પેસાળમાં રેત જવી, પથરીમાં પેસાળ થઇ જવો, કલેન્ડ-
ચક્રત-નાં દરદો, પથરી, કમળો, આંતરડાંના રોગ, પગે પરસેવો
થવો વિગેરે.

Pathology of the Urinary System —

ઉપર જણાવેલાં દરદોને એકજ વર્ગમાં મૂકવા તે કેટલાકને લગાર અતીક અથવા અનિ-
યમ લાગશે. વૈદ્યક ધંધાની દૃષ્ટિએ એ બધા જૂના જૂના દરદો છે. પણ મારી સમજ પ્રમાણે
ઉપવા બધા દરદો એકજ મુગમાથી ઉત્પન્ન થાય છે અને તે મૂળ બીજાં કાંઈ નહીં પણ
શરીરમાંનો વધી ગયેલો કચરો અગર નકામો પદાર્થ છે. ઉપવા તમામ રોગોમાં નકામો
પદાર્થ શુદ્ધ-મૂત્રાશય-અને આમડીમાં બરાઈ પેસે છે. તે પદાર્થ બહાર નથી નીકળી શકતો
ત્યારે પાચનક્રિયા દરમિયાન હોજરીમાંથી ખરામ ગ્યાસ-વાયુ-નીકળે છે. આ ગ્યાસ પકવા-
શયમાં પુલે છે અને ખોરાકને આતરડા તરફ ધકેલે છે. બીજી રીતે જ્યારે શરીર તંદુરસ્ત
હોય છે ત્યારે આ ગ્યાસ આખા શરીરમાં ફરી વળે છે. આ બામન એક દૃષ્ટત આપીને
વધારે સ્પષ્ટ રીતે સમજની શકાશે:—પૃથ્વી ઉપરનું પાણી દરીયા, તળાવો, નદીઓ, નાળાં,
કુત્રા વિગેરેમાં રહેલું છે એની જ રીતે માણસના શરીરનું લોહી નાની મોટી નસોમાં રહેલું
છે. વળી આખી દુનિયામાં ગ્યાસના રૂપમાં (આછી વરાળના રૂપમાં) પાણી પૃથ્વી અને
આકાશની વચમાં રહેલું છે. આપણે શરીરમાં ખોરાક અને પાણી નાખીએ છીએ તે ક્રિયા
પણ ઉપરના કુદરતી બનાવ સાથે બંધ બેસે છે. અનાજ અને પાણી અમુક જગ્યાએ પહો-
ચીને આખા શરીરમાં ગ્યાસ-વાયુ-ને ધકેલે છે જેનો પુરાવો દાર કે માથે પદાર્થો પીવાથી
મળે છે. એટલે કે આ પદાર્થો જાય છે તો હોજરીમાં પણ તાત્કાલીક અસર થાય છે તો
મગજને. આમડી બરાબર કામ કરતી હોય છે ત્યારે શરીરના ગ્યાસનો મોટો ભાગ આમ-
ડીના છીદ્રો વાટે બહાર નીકળી જાય છે. કેટલોક ગ્યાસ નાકવાટે બહાર નીકળી જાય છે,
ગ્યાસનો મોટો જથ્થો પરસેવા માથે અને પરસેવા વગર શરીરમાંથી બહાર નીકળે છે.
જુદા જુદા માણસોના પરસેવાની ગંધ જુદી જુદી જાતની હોય છે. શરીરમાં વિજાતિય
કચરો-નકામો પદાર્થો-નો સંગ્રહ જેમ વધારે તેમ પરસેવાની દુર્ગંધ વધારે ખરાબ. તંદુરસ્ત
અગર કુદરતી પરસેવાની ગંધ આપણું નાક બાગેજ પારખી શકે છે. આપણા શરીરમાંના
ગ્યાસનો સંગ્રહ મૂત્રાશય મારફત પણ થાય છે. શરીરમાં સંગ્રહ થતા પદાર્થોનો નિકાલ મૂત્ર
અને પરસેવા દ્વારા થાય છે. મૂત્રમાર્ગ સંપૂર્ણ બરાઈ જાય છે એટલે મૂત્ર કરવાની હાજત
થાય છે અને તે હાજતને કદિ પણ રોકવી નહી. અત્યારના જીવન કલંદના ધામણ અને
વ્યવસાયના જમાનામાં માણસો મૂત્ર અને મગ બરાબર વીસર્જન કરી શકતા નથી અને
કરવાની દરકાર રાખતા નથી. શિક્ષકો અને માળાપો બાળકોને આ બામતો બરાબર સમ-
જાવતા નથી. બાળકોની બવિખની જાંદગી સુધારવી-હોય તો સૌથી પહેલું તેમને મગમૂત્ર
ત્યાગ કરવાનું શીખવવું. મગમૂત્રને વખતસર કાઢી નહીં નાખતાં રોકવામાં આવે તો તેમાંથી

વાયુ, ખયણુ, ઉત્તરાણુ વિગેરે વિક્રિયાઓ થાય છે. મૂત્રનળીમાં ગરમી વગેરે એટલે મૂત્રનો પ્રવાહી વરાળનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે જેથી ક્ષારપદાર્થ પાતળ રહી જાય છે અને તેથી કદીને મૂત્રાશય ખીજા મૂત્રને મૂત્રમાર્ગમાં મોકલી શકતું નથી. મૂત્ર અને કાકાની હાજન રોકવાથી તે મંદ પડી જાય છે અને પાતળથી તે હાજત જોઈએ એવી લાગતી નથી. આ પ્રમાણે રોડી ગળેલા કાકા પેસાળમાંથી વાયુ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે વાયુ શરીરના તમામ ભાગોમાં ફરી વળે છે અને પક્વાશય-હોજરી-માં પણ જાય છે. આ ક્રિયા હમેશા થાય તો મૂત્રાશયના ક્ષાર અને ખીજા પદાર્થોના પીગા રજકણો બંધાય જાય છે જે મૂત્રમાર્ગ કે મૂત્રાશય-માંથી કોઈ પણ રીતે નીકળતા નથી. આ રજકણો સદ્યમદર્નક મંત્રવડે જોવાથી રાનાપીળા રંગનાં જણાશે.

પથરી જેવા રોગો ઉપલી કુટોવાથી થાય છે અકુદરતી ખોરાક અગર શરીરની અકુદરતી ટેવોથી જ પથરી થાય છે. એન્જનના બોધલરમાં જે પાણી ઉકળે છે, તે ખનીજ પદાર્થવાળું હોય છે તો બોધલરની સપાટી ઉપર પોષક બાકે છે અને ખનીજ પદાર્થ વગરનું એટલે વરસાદના પાણી જેવું હોય છે તો ગમે એટલું ઉકળ્યા છતાં બોધલરની સપાટીને અસર થતી નથી. આનીજ રિયાત મૂત્રાશયની છે. મૂત્ર બરાબર કાઢવામાં આવે તો ક્ષાર જામતો નથી પણ ક્ષાર જામ્યા પછી તે મૂત્રાપયમાં ચોટી બેસે છે અને કંઠે ક્યો બહાર નીકળતો નથી જેથી બહુ દરદ થાય છે. નકામો પદાર્થ વધી જવાથી મૂત્રમાર્ગ સાકડો થઈ જાય છે અને રેત કે પથરી પેસાળદ્વારા નીકળી શકતી નથી. નાના રજકણોની ચોટી પથરી થાય છે. પથરીનું મૂળ કારણ પેસાળ રોકવાની ખરાબ ટેવનું છે બગડેલો પેસાળ આખા શરીરના બગડેલા પદાર્થને મદદ કરી શરીર ઉપર ગંદા નીપજાવે છે.

એક છોકરો મારા પાસે આવ્યો, તેના આખા શરીર ઉપર વટાણા જેવડી ગાંઠો હતી. કારણ એ હતું કે તેને શરદી લાગવાથી કેટલાક દિવસ સુધી પેસાળ કરી શક્યો નહોતો. મેં વિચાર કર્યો કે આ ગાંઠોને પાછી પેસાળના સ્વરૂપમાં ફેરવી નાખવી. મેં મારા છલાને શરૂ કર્યા એટલે તેને પુષ્કળ પેસાળ થવા લાગ્યો. તેના શરીરમાં એકઠો થયેલો વધારાનો કચરો મેં મારા છલાજથી પેસાળ મારે બહાર કાઢી નાખ્યો.

કાકા થઈ જાય છે અગર કમજીયાત રહે છે તેનું કારણ પણ ઉપર મુજબ છે. પેસાળનું પણ એનીજ રીતે છે. આવાં દરદોમાં આમડીનો રંગ બદલાય જાય છે, માથું દુખ્યા કરે છે, ગાંઠો પાકે છે વિગેરે અનેક ચિન્હો થાય છે. આ બધું ખીજાં દરદોની શરૂઆત જેવું છે.

મીઠી પેસાળ એ મરડા જેવું દરદ છે. તેનું કારણ અંદરની ગરમી છે. આ ગરમી અનેક દરદોને ઉત્પન્ન કરે છે. મીઠી પેસાળનો રંગ ખરાબ હોય છે કેમકે તેમાં સાકર હોય છે. રેત કે પથરી પણ એક જાતની મીઠી પેસાળ જ છે. એકમાથર તો ખીજામાં પાણીનું પ્રમાણ હોય છે. મારા બાથથી અંદરની ગરમી ઓછી થાય છે અને પથરી પણ પીગળી જાય છે અને પેસાળની સાથે તે બહાર નીકળી જાય છે. મારા ઉપાયો ચાલના હોય છે તે દરમિયાન મારા દરદીઓ પુષ્કળ મૂત્રે છે. મુત્રાશયની સ્થિતિ આ પ્રમાણે તંદુરસ્ત થાય છે અને માણસ તંદુરસ્ત બને છે. બાથ લેવા માંડ્યા કે પેસાળ વધ્યો સમજવો. જે પેસાળ વગર રૂપે આખા શરીરમાં ફેલાઈ ગયું હતી તે મારા બાથથી અસવરૂપ ધારણ

કેવી પાત્રી પેસામ બની પેસામદાગ બહાર નીકળે છે, જર્મન મહેનચાહ વિલિયમ પહેલો પથરીના દરદી પીકતો હતો તે છતાં તે ૯૦ વર્ષ છલ્યો તેનું કાળુ એ કે તેની પથરી કોઇ સારી જગ્યાએ ગોઠવાયેલી હતી. તેના છોકરાના મંગધમા બહુ જ નાની ઉંમરે તે માલમ પડી.

પેસામનો ક્ષાર:—આ દરદીમાં પેસામનો ક્ષાર બાકી જાય છે અને જ્યારે તે કુઝે છે અગર પથરી જેવો રોગ થાય છે ત્યારે સમજવું કે આ ક્ષાર એકદા થયો છે. ચહેરો જેમનું રોગ પાગખવાની માત્ર વિદ્યા મુજબ આ રોગ જલદી પરખાઈ આવે છે. ક્યના દરદીઓમાં આ રોગ માલમ પડે નથી આ રોગમાં લોહી સાથે થરાતી જરૂર છે અને તે માટે મારા બાથ સિવાય બીજો એક પથ મલાજ લાગુ પડી શકે નહીં.

પથારીમાં પેસામ થઇ જવો:—એનું કાણુ વધાગતો પદાર્થ હુટી-નાભી-માં ગળી જવાનું છે. પેકુમા એક ઝીણું અસ્તરવાળું પડ બાકી જાય છે અને તેમાંથી મૂત્ર ટપકમા કરે છે. દવાદારથી દરદો અટકાવવાથી આવા દરદો થાય છે.

આંતરડાં ઉપર પડનું બાઝવું:—મારા ઇલાજથી આ રોગ દૂર થઈ ગયું છે અને તે માટે થોડો જ વખત લાગે છે. દવાદારથી કેસ બગડ્યો હોય તો લાંબો વખત માગ ઉપચાર કરવા પડે છે.

મૂત્રમાર્ગ અને પેકુમા દરદો:—આ દરદોનું કારણ એ છે કે પ્રથમ પેકુમાં પથરીની જમાવટ જેવું કાંઈ બનેલું હોવું જોઈએ, તેથી પેકુમા બળતરા બન્યા કરે છે અને પેસામ કરતી વખતે સખ્ત દુઃખાવો થાય છે. આ રોગ પણ મારી પદ્ધતિથી માત્રે થઇ શકે છે. માગ પામે એક એવો ટેસ આવ્યો હતો કે જેમાં આતમકનો આગસો ભાગ બહુ મુઝ ગયો હતો જેથી દરદી પેસામ કરતી વેળા બહુજ હેરાન થતો હતો. તેને વારંવાર પેકુમા આકડી આવ્યા કરતી હતી. દરદીને બહુ પીકા થવાને એક પખવાડીયુ થયું તે પછી દાકતરે મૂત્રમાર્ગમાં સળી મૂકી અને કયોરોફોર્મ આપીને દરદીને બેશુદ્ધ બનાવ્યો. આ સળીના ઉપાયથી કાંઈ વળ્યું નહીં. બીજે દિવસે મને બોલાવ્યો તે પછી મેં મારા બાથ આપવા માડ્યા જેથી પહેલે જ દિવસે પેકુમા આવતી આકડી બંધ પડી. બીજો અરથોક કલાક બાથ ચાલુ ગયો તો ધીમે પેસામ થયો. બીજો પોલોક કલાક બાથ આપ્યો તો દરદી બીજાનામાં પણ જઈ શક્યો. રાત્રે ઘણાજ પરસેવો વળ્યો અને કયા પણ દરદ વગર પેસામ પુષ્કળ કરી શક્યો. થોડા વખતમાં તેનું દરદ તદ્દન સારૂ થયું.

લીવર-યકૃત-કાળજામાં દુઃખાવો, પિત્ત અને કમળો:—વધાગતો કયરો શરીરની જમણી બાજુએ આવે છે ત્યારે આ દુઃખાવો થાય છે. લીવર-યકૃત અને પિત્તમાંથી જે કયરો નીકળે છે તે પિત્તની કાચળામાંથી નીકળી હોજરીની પામેની કાચળામાં જાય છે અને તેથી પાચન ઉપર અસર થાય છે લીવરની જમણી બાજુ ઉપર કયરો વધી જાય છે અને તે જે કયરો બહાર કાઢે છે તે કધાય છે ત્યારે એક જુદાજ પ્રકારનો પરમેવો બહાર આવે છે. જ્યાં વધારે નડતર હોય ત્યાં રોગ પણ અઝો હોય છે. આવા તમામ દરદીઓનો પરસેવો હમેશા વાસ મારે છે અને તેઓના પગ હમેશા પરમેવાથી બીનાને બીના ગહે છે. અંદરના રોગથી બહારની આમડી કાળા પડી જાય છે અથવા તો કમળો થાય છે ને મારી રદી પ્રમાણે બહુ જ જલદીથી સુધરી જાય છે.

પગ ઉપર પરસેવો—ઉપર જોયું તેમ આ પગ્ગેવાનું કારણ લીનરની ખામીને લગતું છે. તે ખતાવે છે કે વધારાના કચરાની નડનર જામણી બાથુએ બહુ જ વધી પડી છે. લીનરમા પિત્તમાનો રોગ બહુ વધી જાય છે ત્યારે પરસેવો બંધ પડે છે, તે વખતે દરદીની હાલત ખરાબ સમજવી, કારણકે તેનો અંદરનો મેવ તેની અંદર જ રહી જાય છે. તે ઉપરથી ચામડીના રોગ, કેન્સર, નાસુર વિગેરે થાય છે. આ વખતે જો દાકતરોની દવા ખાધી તો દરદ વધવાનો વધારે મંભવ રહે છે. પ્રથમ તો નથી જાણતું પણ પાળજીથી રોગ એક્ઝેમ ઉભરાઈ આવે છે ત્યારે માથૂમ પડે છે. જે જગ્યાએ પરસેવો નીકળતો હોય તે જગ્યાને બંધ પાડી દેવામા આવે તો તે જાણે એક શહેરની ગટ્ટને બંધ કરી દીધી હોય તો શહેરને કેવું નુકસાન થાય તેના જેવું બને છે. આથી આખા શરીરમા વાસનો ફેલાવો થઈ જશે. મુખ્ય પાંચપ આટકાનો તો વાસ બંધ થશે પણ તેથી જેમ શહેરમા મરડી દેવાશે તેમ શરીરમા અનેક જાતના રોગો ફેલાશે. આપણા લરડરમાના સીપાહોના બીના રહેતા પગો માટે પણ દાકતરી ઈલાજો વપરાય છે, જે તેઓ નથી સમજતા અને ઉલટી વધારે હાની થાય છે. મારા ઉપાયથી પગ્ગેવો મોતાની મેળે નીકળી જાય છે અને રોગનું મૂળ જ નાશ પામે છે.

ખસ અને ચામડીના રોગો—આ રોગ ચામડી અને પગમા થતા પગ્ગેવાને આટકાવવાને લગતું છે. આ રોગ ખીજા રોગને લીધે થાય છે, માટે પહેલા રોગને કાઢીએ તો તે સાજો થાય. ખસ સુકી હોય કે તેમાથી પડે નીકળતું હોય ત્યારે પડેલાં દરદને સાજુ કરના બહુ ટંકાણો આવે છે. કેટલીક વખતે બસજેને આ રોગ થાય છે કારણકે તેમને માખાપથી વારસો મળેલો હોય છે અથવા તો શીળી નીકળવાને લીધે આવ્યા રોગો થાય છે. હું અત્રે બેજ દાખલા આપુ છું—એક દરદીને ચામડીની ખંજવાળ લાગુ પડી હતી. જે દિવસથી તેને ખીજા વારના શીતળા થૂકાયા તે દિવસથી આખે શરીરે તેને આ રોગ લાગુ પડ્યો હતો. તે ખંજવાળે નહીં એટલા માટે રાત દિવસ તેના હાથ બાધવામા આવતા હતા. તેને એટલી કડક થતી કે જે આખું શરીર ફેંચી ખાતી. જેમ જેમ ઉમર વધતી ગઈ તેમ તેમ રોગ વધતો ગયો. આખરે તે મારી પામે આવ્યો કારણકે તેણે મારી “સાવ-ન્સ એફ લીવીંગ” નામની ચોપડી વાંચી હતી. મેં ધીમે ધીમે બાધ આપવા માડ્યો અને ખોરાક તદ્દન હવકો રાખ્યો. આ પ્રમાણે થોડા દિવસમા તે સાજો થયો.

ખીજો એક કેસ ખગજવાનો હતો. ૨૪ વર્ષના યુવાનને આ દરદ થયેલું. તે બાપડાએ ઘણા મલમ, દવા કમી પણ કાઈ વળ્યું નહીં. અંતે તે માગ પામે આવ્યો. મેં તેને કહ્યું કે તારી પાચનશક્તિ નબળી છે તથા આગળના ભાગેમા વધાગતો પદાર્થ એકઠો થયો છે. સારે નસીમે વધારાના પદાર્થની નડનર શરીરના આગલા ભાગ ઉપર હતી એટલે પાચનશક્તિ સુધારીને ખરજવાનો ઉપાય કરવા માડ્યો. ૧૬ દિવસમા તો તે તદ્દન સાજો થઈ ગયો દરદીની ગરદન બહુજ જાડી થઈ ગઈ હતી તે પણ ધીમે ધીમે ઝોઝી થવા માડી. કચરો મુત્રાશય અને આતગડા વાટે બહાર નીકળી ગયો અને દરદ માણુ થયું.

હૃદયનો રોગ અને જલંદર.



માણસ જાતને અનેક જાતના હૃદયરોગ થાય છે જેના ઉપાયો દાકતરો જૂદી જૂદી રીતે કરે છે. બહુ લંબાણ નહીં કરતાં આ રોગને ઠી બે ભાગમાં વહેંચી નાખીશ. એક તો શરીરનાં આંતરડાંનો રોગ અને બીજો અંદરની નળીઓને લગતો. આપણે આ બાબત વધારે ખુલાસો કરીએ તો આપણને માલમ પડશે કે આ રોગનું કારણ શરીરનો વધારાનો દબરો હૃદય આગળ ચોંટી રહે છે તેજ છે. એટલા માટે આ રોગનું કારણ તો એકજ છે. અનેક રીતે જણાવવું તે ખોટું છે. જેવું માણસ અને જેટલો પદાર્થ તેવો હૃદય રોગ. બે પદાર્થ હાખી બાજુએ હોય અને હૃદય કુદરતી જ નળીનું હોય તો રોગ વધ્યો જશે. હૃદય આગળ પદાર્થ ચોંટ્યો હોય તો તેથી કરીને આખા શરીરમાં વ્યાધિ થશે અને અંતઃકરણ આગળ ખાસના ઝીણા ઝીણા લોથા બાઝી જશે અને અંતઃકરણ પોતાનું સાધારણ કામકાજ પણ કરી શકશે નહીં. વળી એ લોથા મોટા થવા બેઠકે એવું કાંઈ પણ નથી પણ તે તો વધુ સખ્ત અને વધુ ઘાટા થતા જાય છે અને જે કામ કરવાને માટે તે સરખા હોય તે કામ તેઓ બજાવી શકતા નથી. આમડી સૂજે છે ત્યારે આખા શરીરનું કામ નબળું પડી જાય છે. નકતરને લીધે હૃદય કામ કરતું અટકે છે ત્યારે આખું શરીર સુસ્ત બની જાય છે. આ વખતે હૃદય ઉપર ભાર પડ્યો તો અગર તો કાંઈ ઉશ્કેરણીનું કારણ મળ્યું તો તે વખતે આપણને આપણું હૃદય કેટલું નબળું પડ્યું છે તે માલમ પડ્યા વગર રહેવું નથી. કાતો ધબકારો થઈ આવશે અગર તો લોહી આસતું બંધ પડશે, લકવો થઈ આવશે. અગર તો શ્વાસ રૂંધારો. આવે પ્રસંગે કાંઈ દુઃખ થતું નથી પણ જાણે કેાંઈ એજ હૃદય આગળ દબાણ કરતી હોય એમ લાગે છે.

હૃદયના ભાગોના કામમાં ખલેલ થાય છે ત્યારે ઉપર પ્રમાણે થાય છે. વધારાના કથ-શને લીધે એના ઉપર પડ બાઝી જાય છે, અને તેથી કરીને નસો અને નળીઓ સાંકડી અગર પહોળી બની જાય છે. હૃદયના દરદમાં કારણ તો એકજ હોય છે. હૃદયની નસોમાં જે ખલેલ પહોંચે છે તે મંબઈ બહુ બોલવું જઈતું નથી. શરીરના અમુક અવયવ ઉપર અસર થાય તો તે અગાઉ તેની નસો ઉપર અસર થવા વગર રહેજ નહીં. એક અવયવ ઉપર અસર થાય અને તેની નસો અગર જાનતંત્રીઓ ઉપર અસર થાય નહીં એમ કહેવું તે તદ્દન અકુદરતી છે. માફ માનવું એવું છે કે હૃદયના અનેક રોગો થાય છે તેનું કારણ માત્ર એકજ છે અને તે એ કે હૃદયને વધારાના કથગની નકતર નડે છે. હૃદય રોગ સાંજે કરવો હોય તો આ કારણને નાણુદ કરવું જોઈએ. તેમાં દવાદારનું ઝેર ઉમેરાયું તો કુદરતી રીતે રોગ વધવાનોજ. કેટલાક બનાવોમાં જળંદર થઈ આવે છે. જળંદરનું કારણ એજ કે શરીરનાં અમુક દરદો સામ્ય થતાં નથી તે સામ્ય એક જગ્યાએ એકાં થઈ ઉભરાય છે. જળંદરમાં શરીરમાં જે પાણી ભરાય છે તે બધું બહારનું છે. તે વખતે શરીર સાધારણ લોહી પણ મેળવવાને અશક્ત હોય છે અને જે લોહી હોય છે તે સાધારણ રીતે સાફ કરવાને પણ અશક્ત હોય છે. પરિણામમાં જે રસમાધી લોહી બને છે તે રસ વધારાના કથરને લીધે ઉઝો છે-તપે છે અને- તેથી તેના આકારમાં ફેફસ થાય છે. જળંદર કરતા બીજાં કાંઈ પણ દરદમાં આપણે આ અનુભવ મેળવતા નથી.

મને જળંદરનો એક દરદી મળ્યો હતો કે જેનું પેટ પખાલ જેવડું મોટું હતું અને બધું પાણીયો ભરેલું હતું. અંદરથી પાણી એટલું બધું દગાણ કરતું હતું કે તેના પગમાંથી તે ઝરતું હતું અને આ દરદી જ્યાં જ્યાં બેસતો ત્યાં ત્યાં પાણીનાં ધાયાં થઈ જતાં. તેનો ધંધો માંખણ વેચવાનો હતો એટલે તેને રોજ માંખણનાં પેકેટ બનાવવાં પડતાં હતાં. દરેક નમુનો આપીને પછી તેને પેક કરવો પડતો હતો જેથી તેના શરીરમાં ઘણું માંખણ એકઠું થતું હતું. જેનો વધારાનો પદાર્થ બની શરીરમાં એકઠો થતો હતો તેને કાપી બાબુએ મુલાની ટેવ હતી જેથી બધું માંખણ અને ચરબી તે બાબુએ એકઠાં થતાં. પહેલી નિશાની તો એ માલમ પડી કે તેના હૃદયમાં કાંઈ બગડો દેખાવા લાગ્યો. પછી તે પદાર્થ પાણી જેવો બની ગયો અને પરિણામે જળંદર શરૂ થયો.

પ્રથમ તો તેને હૃદયના ધમકારા થયા પછી હૃદયના તંતુઓ ટૂલી ગયા, તે પછી ચરબી ગળવા માંડી અને જળંદર વધતો ગયો. આ દરદીએ અનેક ઉપાયો અજમાવી જોયા હતા પણ સમજણ વધે ગયા એટલે તે મારા પાસે આવ્યો, પણ મારા ઇલાજને તે કોતરેલું રીતે કરી શક્યો નહીં કારણ કે તેનું શરીર અનેક દવાઓથી ઘણું બગડી ગયું હતું.

શરીરમાં પાણી એકઠું થતું તેનું કારણ એજ કે નાભી આગળ માંસની ગાંઠો બાઝી હતી. જળંદરની શરૂઆત બહુજ ધીમે ધીમે અને અદૃશ્ય રીતે થાય છે જેથી તે શરૂઆતમાં માલમ પડતું નથી પણ પાણી વધવાથી શ્વાસ લેવાતો નથી ત્યારે હૃદય ધમકે છે અને રોગથી શરીરની શક્તિ ઘટે છે ત્યારે શરીરમાં વેદના થાય છે. રોગ વધી ગયો હોય છે તો આ વેદનાથી માણસ નખળો પડી જાય છે અને ધીમે ધીમે અંદરથી ખરાતો જાય છે. શરીરમાં શક્તિ-ઐતન્ય-હોય છે તોજ આ દરદ કાચુમાં આવી શકે છે.

એક ગૃહસ્થને ઘણા વર્ષથી જળંદરનો રોગ થયેલો તેણે એકોપથી દવાઓ ઘણી ઘણી લીધી, પણ કાંઈ ફાયદો થવાને બદલે તેના પગ ચાંખલા જેવા થઈ ગયાં અને તે મારા આગળ આવ્યો ત્યારે રોગ એટલો બધો વધી ગયો હતો કે મારાથી પણ કાંઈ ઇલાજ થયો નહીં અને જ્યારે આ દરદીએ બહુજ કાલાવાલા કર્યા ત્યારે મેં ઝાડા કર્યા અને પરસેવો કરાવ્યો. આથી તેને આરામ જણાયો પણ તેથી જળંદરનું પાણી એકઠું થવાનું કારણ દૂર થતું નહીં. અંદર માંસની જે ગાંઠો બાઝી ગઈ હતી તેમને પીગળાવીને બહાર કાઢી નાખવી જોઈએ અને તે માટે શરીરમાં તાકાત જોઈએ. તાકાત હોય તોજ તે ખરાબ કચરો બહાર નીકળી જાય. અંદરની ગરમી વધે છે તો અંદરના આંતરધર્મ ખરાબ જાય છે. દરદીના અતિ આગ્રહથી મારે ઉપાય મેં ચાલુ રાખ્યો તો ત્રીજે અકવાડીયે જમણા પગમાં રસ ઉતરવા લાગ્યો અને અંદર પુષ્ટિજ લાય બળવા લાગી. અંદરનો રસ કે જે વર્ષો સુધી બંધાય રહ્યો હતો તે ચામડી વાટે બહાર નીકળવા માંડ્યો અને દરદીને બહુ દુઃખ થવા લાગ્યું. ચામડી ફાટતાં શુભડાં ટુટવા લાગ્યાં. આથી કરીને એક બાબુથી અંદરનો રસ વધે અને ખીજ બાબુથી ચામડીની વેદના વધે અને દરદી તો નખળો પડતો જાય. તેનાથી વધારે બાથ લેવાઈ શક્યા નહીં અને ત્રીજમે દિવસે દરદી મરણ પામ્યો. મેં તો તેને પ્રથમથીજ કહેલું હતું કે તારામાં અંદરનો નકામો પદાર્થ એટલો બધો વધી ગયો છે કે તારું દરદ શરૂ થવાની આશા નથી અને તું જીવતો રહેવાનો નથી. આ દરદી મરણ પામ્યો તેનું કારણ ફક્ત એટલુંજ કે

તેના શરીરમાં વધારાના પદાર્થને લીધે એટલી બધી ગરમી એટલી થવા લાગી હતી કે તેની સામે દરદીથી ટકી શકાયું નહીં.

એક ખીજ કેસમાં તેથી તદ્દન ઉપદુંડ પરિણામ આવ્યું. દરદીની સ્થિતિ જો કે બધું દરે હતી તોપણ ત્રણ અઠવાડીયાં પછી અંદરનું પાણી નીકળી ગયું અને અંદર પુષ્ટિ ગરમી થવા લાગી. એથી અઠવાડીએ પુષ્ટિ જાણ થવા અને બહુ વામ મારતો પદાર્થ બહાર નીકળવા લાગ્યો. દરદી ખોરાક લેતો નહીં છતાં આ બધા દ્રવ્યો ક્યાંથી નીકળે છે તે જાણી સંધ્યાના અગ્નિ થવા જેમને મેં શાન્ત પાડ્યા અને ક્યું કે હવે દરદી સારો થઈ જશે કેમકે અંદરના રસ નીકળી ગયો છે એટલું નહીં પણ જળદરનું ચૂન પણ નાણું થયું છે. દરદી હવે બહુ પાતળો થઈ ગયો અને દિવસે દિવસે તેની હાલત સુધરવા લાગી અને તેનામાં કશો પણ રોગ જોવા નહીં.

મારો ઇલાજ કરતી વખતે જળદરનો રોગી ત્યારેજ સારો થયે કે જ્યારે તેને પુષ્ટિ પરસેવો છુટે અને જેમાં જળદર થયો હોય લાવી પણ છુટે. આ વખતે પાચનક્રિયા ઉપર બહુ ભાર નહીં નાખ્યો. શરીર બહુ નમળું થઈ ગયું. હોય અને તે અંદર એકઠો થયેલો કચરો કાઢી કાઢતું ન હોય તો જળદરનો રોગ કદિ પ્રયુક્ત સામે થઈ શકે નહીં. જળદરનો રોગ સારો થઈ ગયો કે નહીં, તે હું દરદીને ચહેરા જોઈને પારખી શકું છું. મારા દરેક દરદી મને તેને ચહેરા જોઈને જેવું હોય તેવું કહી દેતો. મારા સાયન્સની ખુબીથી કેટલાક વર્ષો અગાઉ હું પાણી ચકું છું કે દરદીને જળદર કે ખીજનું કારણ ક્યું દરદી થશે. મારી આ વિદ્યાથીજ દરદીના તાત્કાલિક ઉપાયો-દરદી અસાધ્ય સ્થિતિએ પહોંચતા પહેલાં લેઈ શકાય છે.

મારા પામે હૃદય રોગનો એક એવો દરદી આવ્યો કે જેને વળી જળદર અને રક્ત-પિત્ત પણ હતું. આ દરદી જવાનો રહીય હતો. ૨૪ વર્ષ તે ત્યાં ગઈ તે દરમિયાન બહારથી તો તે સામે તાજે જણાય પણ તેના અંગમાં તાવ, આખમાં ગરમી અને પગમાં સોજા જણાય. કાગળ એ હતું કે તેનો વધારાનો પદાર્થ શરીરમાં એક જગ્યાએથી ખીજ જગ્યાએ ગમડા કરતો હતો. હું મુલકમાં આ માણસ હોત તો એટલી બધી વેદના થાત નહીં. યોગ વર્ષ પછી તેને માથાની પાઝ એક શુભકું નીકળી આવ્યું. જેની દવા કરીને એમાંથી દવામાં આવ્યું એટલે તે શુભકું આંગળામાં નીકળી આવ્યું. આગળ સાફ ન થાય એટલામાં પેટમાંથી લોહી નીકળી આવ્યું અને ડાઘા પગ ઉપર સોજે ચડ્યો. હાથ પગમાં ઠંડો પરસેવો થઈ આવ્યો. આ પ્રમાણે શરીરના તમામ ભાગોમાં રોગ પેડો. દરમિયાન તેને એમએક સપ્ત તાવ ચડ્યો જેથી ટાળીએ એવું માન્યું કે દરદીને રક્તપિત્ત છે, માટે એને યુરોપ જેવા હંડા મુલકમાં લઈ જાઓ તે જર્મનીમાં આવ્યો અને અમુક દાકતરની બવામણ ઉપરથી તે ગ્રાવેનીયા નામના પ્રાતમ ગયો. તે વખતે દરદીના જમણા હાથ ઉપર એક ચાકું જણાયું. મયમપટ્ટા અને પાંડરો લગાડ્યા પણ ચાકું તો મટ્યું નહીં અને આ એક ચાકું ઉપરથી ખીજ વધારે ચાકું થવા લાગ્યા એટલે તે પાંડો પોતાને પતન ગયો અને ત્યાં પરસેવો ધણો થવા લાગ્યો એટલે ગતા ચાકું નાણું થવા પણ ખીજને મદિને તેના હૃદય ઉપર કાઈ અસર થવા લાગી જેથી તે ફરીને યુરોપમાં આવ્યો. આ ઉપરથી જણાશે કે જ્યારે ગરમીમાંથી શરીરમાં આવતો સારો દરદી વારંવાર ઉમરાઈ આવે છતાં દરદીને એમ નહોતું લાગતું કે હું ખરેખર દરદી પીડાઈ છું પાંડો જ્યારે તે ગરમ મુલકમાં ગયો ત્યારે દરદી થઈ જઈ રવર પડ્યું અને આખે ગરીરે રાત્રી ચાકું નીકળ્યા, જે એમ.

ખતાવે છે કે તેના શરીરમાં નકારો કચરો રહે રહે ભરાઈ ગયો છે. આખરે તખીમોએ જાણાવ્યું કે હવે તો કુદરત કરે તે ખરું. દરદ વધતું ગયું અને દરદી જેમ તંદુરસ્તીની વધુ શોધમાં રહેતો ગયો તેમ તેમ દરદ વધુને વધુ ફેલાતું ગયું. ઓછામાં ઘુડં તેને ગમગીની જાણવા લાગી અને તેના શરીરમાંનું લોહી કાળાશ પડકતું ગયું. જીવતર ખાઈ ઝેર-અકાઈ થઈ પડ્યું. પોતે નવયુવાન હતો પણ જાણે ઘરડો ખખ જાણના લાગ્યો. યુરોપ આનીને થોડા દિવસ રહીને વળી પાછો તે પોતાના વતન જવા દેશમાં ગયો ત્યાં પરસેવો વગતો પણ બધ પડ્યો અને દરદ બહુ અસાધ્ય થઈ પડ્યું. હૃદયનો દુઝાવો ઉપડ્યો. ષગમાં પાણી ભરાવા લાગ્યું અને શરીરમાં ઝીણો તાવ રહેવા લાગ્યો તખીમોએ જાણાવ્યું કે દરદીને રક્તપિત્ત થયો છે અને યુરોપમાં હતો સારે ત્યાંના તખીમોએ દરદીના લોહીમાં આ જાણીને વધારે ક્યો હતો અને ઓછામાં પૂરી એવી સલાહ આપી હતી કે તારે હવે માત્ર બહાર જાતે રહેવું, થોડો વખત વિત્યા પછી આ દરદી જવામાંથી વળી પછી યુરોપમાં આવ્યો અને મારા સાયન્સને સમજીને મારા પામે ઇલાજ કરાવવા આજીજ કરી. મેં આ કેસ હાથમાં લીધો.



આ બે ચિત્રા-આકૃતિઓ-જુઓ. પહેલી આકૃતિમાં જોશો તો એના શરીરમાં બહાર કચરો ભરેલો હોવાથી તેના ચહેરાને આકાર બહુ કુલેલો છે. મરદન બહુલઈ ગઈ છે. કપાળ ઉપર એક ધ્રુવ જેટલો સોજો છે. આખ અને ધાન પણ કુલી ગયા છે. જમણા પગમાં રસ ભરાયો છે. પાચનશક્તિ અકુદરતી થઈ ગઈ હતી અને પેટ તથા ગુદો-સુત્રા-શય-પોતાતું કામ કરી શકતા નહોતા. હૃદયના દુઝાવાથી દરદી ગત કે દિવસ ઉંધી રાકતો નહોતો. હાથ પગ દકાગાર રહેતા હતા મારા બાથ લેવાનું શરૂ કર્યું કે તેની પાચનશક્તિ સુધરી ગુદા પણ સુધર્યા પેસાળ છુટ્યો થવા લાગ્યો અને થોડા દિવસમાં તેની જે બેચેની હતી તે દૂર થઈ ગઈ. તેને પરસેવો પુષ્કળ થવા લાગ્યો અને તખીયત સુધરવા લાગી. જેમ જેમ અંદરનો કચરો પીગળીને બહાર નીકળવા લાગ્યો તેમ તેમ તેના શરીરનો આકાર શરવા લાગ્યો અને તે કુદરતી જેવો થવા લાગ્યો અને પગનો રસ પીગળીને આડા પેસાળ રાતે પરસેવા મારતે બહાર નીકળવાથી પગની પ્રાંતલીઓ કુદરતી જેવી થઈ ગઈ.

પરસેવા મારફતે ઘરીરમાંનું મેલું પાણી અને પ્રવાહી બહાર નીકળવા માંડ્યાં. સાંજ થતાં ખહેલાં એક પગનો રસ ખીજી તરફ ઉતર્યો, તે જતાવે છે કે વધારાનો પદાર્થ ત્યાંથી ખીજી બાજુ ગયો. આ વખતે રસ બહાર કાઢ્યો બહુ મુશ્કેલ થયો હતો. જે ભાગને જળદર થયો હતો ત્યાંથી પરસેવો પુષ્કળ નીકળતો હતો. ધિરજ રાખી મારા ઇલાજને ચાતુ રાખ્યા. માર મહીના પછી આકૃતિ ખીજમાં જોવામાં આવે છે તેવો દેખાવ દરદીનો થયો અને જળદર મટી ગયું.

આ દરદી સાંજે થપાની ખખર જોવામાં પડી ત્યારે ત્યાંથી લખાઈ આવ્યું કે દરદીને રક્તપિત થયો હતો મારે તેની તપાસ કર્યા વગર પાછો જવામાં દાખલ થવા દેવામાં આવશે નહીં. જેથી આ દરદીએ હેમ્પર્જ સહેરના એક પ્રસિદ્ધ દાકતર આગળ માર અંદાજીયાં સુધી પોતાની તપાસ કરાવરાવી અને આ દાકતરે દરદ તદ્દન નાબુદ થયેલું જાહેર કર્યું. આ દરદી જાતે પાછો ગયો જ્યાં તેને દાખલ થવા દેવામાં આવ્યો અને ત્યાં તે ઘણા વર્ષો સુધી જીવ્યો. આ દાખલો જતાવે છે કે જ્યારે તખીખી વિદ્યા નિષ્ફળ નીવડે છે ત્યારે મારો ઉપાયજ લાગુ પડે છે. અને જે જે દરદીઓ મારે તખીખોએ આશા મૂકી દીધી હતી તે તે દરદીઓ મારા ઉપાયોથી સાજ થયા હતા.

ખરડાની કરોડનાં દરદો, ખરડાની કરોડનો ક્ષય, લોહીનું વહી જવું વિગેરે.

ખરડામાં રોગ થાય તે ખહેલાં વારંવાર તાવ આવે છે. આ દરદમાં વધારાનો પદાર્થ કેટલો વધી ગયો છે તે મારી રોગ પારખવાની વિદ્યાથી માલમ પડી આવે છે. ખરડાની કરોડના દુઃખાવાથી દરદીને ઘણી વેળા ધાતુ જાય છે. તે જતાવે છે કે ખરડામાં વધારાનો પદાર્થ બહુ બરાયો છે. અંદર સોજે વધે છે ત્યારે નસની નળીઓ તે ક્યારનો અટકાવ કરી ચકતી નથી એટલે સાંધા નખળા પડે છે. દરદીના પગની મજબુતી ઓછી થાય છે અને શક્તિ ઘટતી જાય છે. ધાતુ જવા ઉપરાંત ખીજી જાતનો બ્યાધિ પણ થાય છે. કેટલાક દરદીઓને કમરમાં દરદ થાય છે અને ત્યાં વળી શરદી જેવું કાંઈક જણાય છે. વખતે સણુકા આવે છે અને લંબેગો (કેડ રહી જવાનું દરદ) થાય છે.

ખરડાના દુઃખાવા અનેક જાતના હોય છે અને રોગ હદ બહાર વધી જાય છે ત્યારે સુધારો કરવો બહુ અશક્ય થઈ પડે છે. પ્રથમ પાચનશક્તિ સુધારવી અને તેથી અંદરની શાન્તિ વધશે, ઉંઘ પણ સારી આવશે અને ઉંઘ આવવાથી ભૂખ પણ વધશે. મારી વિદ્યાથી આ રોગમાં છેવટની ઘડી સુધી પણ ઉપાય લઈને દરદીને સારો કરી શકાય છે. આ રોગ સાંજે થતાં વાર લાગતી નથી પણ તખીખોએ કાંઈ ગોટાળો કરી નાખ્યો હોય છે તો દરદને સુધારવું મુશ્કેલ થઈ પડે છે. મારા આગળ ખરડાના દરદવાળા જેટલા કેસ આવ્યા છે તે તમામ સુધરી ગયા છે, પણ જે લોકો આ રોગની સાથે લકવો લઈને આવ્યા છે તેવા લોકોને સુધારી શક્યા નથી. મારા હાથમાં એવા ક્ષણ લખલાઓ આવી ગયા છે કે જેમાં મેં ઘણી એકસાઈથી ઉપાયો કર્યા છતાં-તખીખોએ દવાદાર વિગેરેથી સુધી નાખેલા

કેસો એટલા બગડી ગયા હતા કે—તેઓને માત્ર આરામ આપવા સિવાય હું બીજું કંઈ કરી શક્યો નહોં. એક માણસનો દાખલો અત્રે રજુ કરું છું:—ખરડાના દરદના રોગથી એક યુવાન પુરપના બન્ને પગ રહી ગયા. તેનાથી ન ઉઠાય કે બેસાય. બિચારાના પગ તો એવા અશક્ત થઈ પડ્યા કે તેને પૈડાંવાળી ખુરશીમાં બેસાડી ફેરવવો પડતો. તેની પાચનશક્તિ તદ્દન નાશ પામી હતી. પેસાજ પાણી પણ ચત્રો લગાડીને કરી શકે. મારી સારવારમાં આવતાં મેં તો બાથ આપવા માંડ્યા. ખોરાક સાદો કુદરતી આપ્યો. થોડોક સુધારો માલુમ પડ્યો. બીજો મહીને વધારે સુધારો થયો અને પોતાની મેળે પેસાજ કરી શક્યો. નવ મહીના પછી હરવા ફરવા લાગ્યો. ૧૧ મે મહીને પોતાના પગ ઉપર ઉભો રહી શક્યો. આ પ્રમાણે આ દરદી સુધાર્યો. આ રોગમાં પણ કોઈ બીજા રોગનું કારણ હોય છે અને તે એક વધાનનો કચરો કોઈ સ્થળે ચોટી બેઠેલો હોય છે.

નકામો પદાર્થ ખરડાની કરોડમાં ચોટી બેસે છે તો તે કેસ સુધરવો મુશ્કેલ થઈ પડે છે. ઉપશો કેસ સાંભળે થયો તેનું કારણ એ હતું કે દરદી પોતાની તબીબત માટે બહુ કાળજીવાળો હતો જેથી તેણે ખંત, કાળજી અને હોંશથી મારા ઉપચારો માલુમ રાખ્યા. તેણે મારો ઉપાય વહેલો શરૂ કર્યો હોત તો તેના પગ શક્તિ વગરના થઈ જત નહોં.

૪૭ વર્ષની ઉંમરના એક ગૃહસ્થને ખરડાના દુઃખાવાને લીધે કાચ લાગુ પડ્યો. તેના શરીરમાં નકામો પદાર્થ એટલો બધો વધી ગયો હતો કે તેનાથી હાલી ચાલી શકાતું નહોં. વળી તેની કેડ પણ રહી ગઈ હતી. ટચકીયું પણ ચર્ચું હતું. શરીરમાં વારંવાર શ્વળ અને સજુકા આવતા હતા. પાચનશક્તિ બહુ ખરાબ થઈ ગઈ હતી અને સામાન્ય તબીબત પણ લથડી ગઈ હતી. મારી સારવારના પહેલા મહીનામાં તે બરાબર ઉઠવા લાગ્યો એટલે તેની પ્રાચનશક્તિ સુધરી. તેની જીભ વશ નહોતી તેથી તેના ખાવા પીવા ઉપર બહુ ચોક્કસી રાખવી પડતી હતી જેથી તેણે મારી સારવાર પકડી મૂકી એટલે તેનું દરદ એકદમ વધી ગયું અને તેની સંધળી આશા છોડી દેવામાં આવી.

લોહી જવાથી થતાં દરદો—ખરડાની કરોડના દુઃખાવા સાથે આ દરદ સંબંધ ધરાવે છે. નકામો પદાર્થનો સંગ્રહ ખરડામાં જ થાય છે અને તે પછી પેટમાં સોજે ચડે છે. આવા દરદીઓની પાચનશક્તિ બહુ અનિયમીત થઈ જાય છે. પેટમાં ગાંઠ બાંધે તો સમજી કે કેસ ગુન્નપણુવાળો છે.

૧૭ વર્ષના એક યુવાનને પાચન માટે મોટી ફરીયાદ હતી. ૧૧ મા વર્ષથી તેને લોહી જવાતું દરદ શરૂ થયું. તે ૧૫-૧૬ વર્ષના થયો ત્યારે લોહી જવાતું જરા નરમ પડ્યું પણ પાછળથી તેને માથાનો દુઃખાવો લાગુ પડ્યો અને માથાની પાછળ મોટા ગોળા જેવા માસના લોચા બાઝ્યા. સૌ કહેવા લાગ્યા કે માથામાં ગાંઠ થઈ છે પણ કોઈ એમ નહોં પારખી શક્યું કે શરીરમાં ગાંઠ થઈ ગયેલી તે માથા સુધી પહોંચી છે. માથામાં સજુકો આવે તેજ બતાવે છે કે તેમાં નકામો પદાર્થ બહુજ ભરાઈ ગયો છે. આ બચકર રોગથી તે દરદીનો બાપ ૩૯ મે વર્ષે મુજરી ગયો હતો. તેના માથાની પાછળ ગાંઠ થયેલી તેથી તેના મગજ ઉપર કોઈ પણ વખતે લોહી ચડી જવાનો ભય હતો અમર તેમ નહોં તો સોજે અવવાની વધી હતી. મેં આ દરદીને કસરત કરાવવા માડી. સાદો અને હલકો ખોરાક આપવા માંડ્યો. ક્રીકશન બાથ પણ નિયમિત વખતે આપવા માંડ્યા જેનું પરિણામ ધણું

સાફ આલ્યું. થોડા દિવસમાં માથાનો દુઃખાનો મટી ગયો. માથામાં ગાડો થયેલી તે બ્યારે ઉભરાઈ જતાં ત્યારેજ માત્ર સ્હેજસાજ દુઃખતું; ખીજે મહીને આ ગાંઠો પણ વેગાવા લાગી અને માથામાં થયેલાં ગુમડાં જોઈને થયાં એટલે માથાનો ઘાટ પણ કુદરતી થયો. છ મહીના પછી તમામ ગુમડાં તથા ગાડો મટી ગયો.

થોડાં વખત પછી પાછું લોહી જવા લાગ્યું. મેં તેને સમજાવ્યું કે જે ગુમડાં થયાં હતાં તે વેરાઈ જવાથી તેમાંનું ગંદુ લોહી પીગળીને હવે શરીરમાં ઉતર્યું છે. તાફ મગજનું દરદ હવે સુધર્યું છે અને હવે ખરાબ લોહી આમડી વાટે અને ખીજી રીતે બહાર નીકળી જશે. થયું પણ એમજ અને આ પ્રમાણે લોહી જતું અટકી ગયું. આ પ્રમાણે આ દરદી તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

વાઈ, અપસ્માર, ફેફસં વિગેરે.

શરીરનો ક્યારે ઉભરાય છે ત્યારે શરીરના અંદરના ભાગો એકાએક ગરમ થાય છે-ઉછળે છે. આ દરદને ફેફસં કહીએ છીએ. તેનું કારણ બાપે પોતાની યુવાનીમાં કરેલાં કુર્મોર્તું છે. કોઈ ખરાબ રોગ થયો હોય તે શરીરમાંથી બહાર કાઢવાને બદલે તખીમો અંદર ચડાવી દે છે. આ પદાર્થ માતામાં ઉતરે છે ત્યારે બાળકને જન્મથીજ ફેફસાંનું દરદ લાગુ પડે છે.

મારા પ્રયોગોથી મેં ફેફસાંના અનેક દરદીઓને સાજા કર્યા છે અને અનુભવ ઉપરથી મને ખાલમ પડ્યું છે કે હુંદી-નાભી-માં વધારાનો પદાર્થ ઠરી જાય છે-અંધાઈ જાય છે-ગંદાઈ જાય છે ત્યારે તે ગરમ થઈને ઉછળવા-ઉભરાવા-માડે છે અને તેથી ફેફસં થાય છે; કોઈ વખતે આ ઉભરાણુ નીચે ઉતરી જાય છે અને કેટલીકવાર માથે પણ ચડી જાય છે. કેટલીક વખતે ગરમી વધે છે અને કેટલાક બેભાન પણ બની જાય છે.

ફેફસાંની સરખામણી જવાબામુખી પવંતની સાથે થઈ શકે. જવાબામુખીમાં અંદરના રાસો અને રસો વિગેરે ઉછળી ઉછળીને પછી ફાટીને બહાર નીકળે છે. એવુંજ આપણા શરીરમાં પણ બને છે. વધારાનો નકામો પદાર્થ અંદર ઉછળી ઉછળીને ફેફસં થઈ આવે છે. ફેફસં આવી ગયા પછી થોડોક વખત મગજ શાન્ત થઈ જાય છે અને ફરીને અંદર દોડા દોડા જેવું થાય છે અને વળી પાછું શરીરમાં સમાધાન થઈ જાય છે. હુંદીમાં પદાર્થ જામે છે, ત્યારે ખેંચનાણુ ઘણી થાય છે અને પછી એકાએક ઉભરાે આવે છે એટલે બેજાનું-મગ-જનું કામ અટકી પડે છે અને ઉછળાટ અને દબાણુ શાન્ત પડે છે એટલે શુદ્ધિ આવે છે અને શરીર થાક્યા પછી શાન્ત બને છે.

આજના તખીમો એમ માને છે કે જ્ઞાનતંત્રુઓમાં અડચણુ થાય છે, ત્યારે ફેફસં થાય છે પણ તેઓ તેનું ખરું કારણ તો સમજી શકનાજ નથી એટલે ખરે ઉપાય પણ ક્યાથી કરે? વળી તેઓ પોતાસ્તીયમ ઓમાઈડ વિગેરેનો ઘણો ઉપયોગ કરે છે પણ તેથી તો દરદ ઘટવાને બદલે ઉલટું વધે છે. દરદીના શરીરમાં નડતર જેટલા જથ્થામાં હોય છે તેના પ્રમાણમાં દરદનું જોર વધે છે. કોઈ કોઈના ફેફસાંના દુમન સારવાર ખત્રી તરતજ ઘટશે અને કોઈ કોઈના સો વળી પ્રથમથીજ વારંવાર દુમકા થશે. નડતર દૂર થઈ કે તરતજ આ

રોગ સમાપ્ત નરો. દરદી વધારે ને વધારે નળગો પડતો જાય છે અને તેને ચક્રર આવવા જેવું થયા કરે. ઇલાજ ચાલુ રાખવામા આવે તો આવી હાલતમા પણ સુધારો થાય છે. રોગ સામે થશે કે કેમ તે પારખવું હોય તો ચહેરો જોઈને રોગ પારખવાનું માત્ર સાયન્સ ધણું ઉપયોગી થઈ પડશે.

હુંકામા એટલુંજ કે ફેફડોના દરદી સામે થશે કે નહીં તેનો આધાર તેના શરીરમા વધારાનો પદાર્થ કેટલા પ્રમાણમા જમા થયો છે તેના ઉપર છે. પાચનક્રિયા નબળી પડી ગઈ હોય છે તો મારો ઇલાજ ઉપયોગી થઈ શકતો નથી. આવા દરદીઓના મંદમંદમા ગાન-નૃત્યો-મગજની સાથે જે નમે જોડાયેલી છે-એટલા બધા ખરાબ થઈ ગયા હોવા જોઈએ કે દરદીઓ સાળ થવાને બદલે રોગ વધારે કાલીક પ્રાણુચાતક થતો જાય છે. મારી પાસે એના ઘણાક કેસો આવી ગયા છે કે જેમને સાળ કરતા પહેલા બહુજ સાવચેતીના પગલાં લેવાં પડ્યા હતા. થોડા વખતને માટે ફેફડ બંધ પડે તો એમ નહીં સમજવું કે પેટમાં એકઠી થયેલી બધી નડતર નીકળી ગઈ છે. તે નીકળવાને માટે તો બહુ લાંબે વખત જોઈશે.

જેમ જેમ વખત વહેતો જાય છે તેમ તેમ આ રોગ વધુને વધુ જડ ધાલતો જાય છે અને દરદીના બાળકોમા પણ તે વારસામાં ઉતરે છે, માટેજ ફેફડોના દરદીના શરૂઆત-માજ સાવચેતીથી ઉપાય થાય તોજ સાફ એક્સની નામના જર્મન પ્રાતમા દસ હજારે ૭૯૫ બાળકો આ રોગથી ખીણતા ૧૮૮૯મા મને માત્રમ પડ્યા હતા.

૧૯ વર્ષની એક છોકરીને સખ્ત ફેફડ થયું હતું. તેની પાચનક્રિયા બહુજ ખરાબ થઈ ગઈ હતી અને તેના રજસ્વલા થવાનો વખત પણ ઘણોજ અનિયમિત થઈ ગયો હતો. તે બાઈને અઠવાડિયામાં બે વખત તાણ આવતી હતી. તેનો ચહેરો જોઈનેજ મેં કહ્યું કે તેને ફેફડાં ઉપરાંત ક્ષય પણ થયો છે. તેનું માથું ઘણું મોડું થઈ ગયું હતું તેથી મેં ધણું કે ક્યારે સ્કેલાઈથી બહાર કાઢી શકશે. મેં તેને કહ્યું હતું કે માગ ઇલાજથી પહેલા પખવાડિયામા ફેફડાના હુમલા કદાચ વધશે પણ પછી તે ઓગાને ઓછા થશે. મેં મારા ઇલાજને સ્ટીમ બાય સિવાય અજમાવ્યા અને તેનું ફેફડ સાફ થયું. મેં કહ્યું હતું તેવુંજ થયું. પહેલા બે અઠવાડિયા પછી તેને ફક્ત તખ્તરજ આવતી અને જેમ જેમ પાચનક્રિયા સુધરતી ગઈ તેમ તેમ તે પછુ એછી થતી ગઈ અને તેનું માસિક રજસ્વલાપણું પણ નિયમિત થઈ ગયું. તેને વધારાનો પદાર્થ નરદીથી નીકળી જઈ શકે એવી જગ્યાએ ચોટયો હતો અને તેથીજ તે નરદીથી સાજ થઈ. બીજા કેસોમા વંડુ વખત મુખી ઇલાજ કરવા પડ્યા હતા.

એગેરા ફાળીયા નામનું ફેફડ માણસને થાય છે ત્યારે તે ખુબી જગ્યાએ જવાને ડર છે કેમકે ત્યાં તેઓ પડી જાય છે. તેનું કારણ પણ વધારાના ક્યારાના દબાણને લગતું છે. અંદરના ગાનતત્ત્વોની નબળાઈને લીધે તેઓને ચોખ્ખી હવાનો બાર અને અસર વંડુ નરદીથી થાય છે. આથી જેમ દવા ચોખ્ખી તેમ આવા દરદીઓને દુઃખ વધે છે. જેમ નાસુર, ક્ષય વિગેરે બીજાં દરો થયા પછીજ થાય છે, તેમ આ ફેફડ પજુ બીજાં કેટલાંક દરો થયા પછી લાગુ પડે છે એટલે જે સાચું કરતા ઘણા લોકો વખત લાગે છે. આ દરદ પણ મારા ઇલાજોથી સાફ થાય છે.

લોહીનું સુકાણું. Chlorosis. ક્લોરોસીસ.

આજકાલ આપણે જે સામાન્ય ફરીઆદ સાબળીએ છીએ તે લોહીના સુકાવાને લગતી છે. ઉંચા વર્ગને તો તખીઓ શક્તિ આપનાગ અનેક ખોરાકો વિગેરે લેવાનું ફરમાવે છે પણ તેમ કરવાથી તો ઉલટો બગડોજ થાય છે. તખીઓ અમુક ચીજને ઘણી શક્તિવાન-પૌષ્ટિક ગણે છે અને અમુક ચીજને બિલકુલ નહીં. આટલું છતાં તેઓ આ રોગને નાથુદ કરવામાં ફતેહ પામ્યા નથી. તેમના ઉપાયોથી તો ઉવટી શક્તિ ઘટે છે અને સ્ત્રી સમાગમની ઉરકે-રણી વધે છે. આથી ખાતાનું લોહી વધારે સુકાઈ જાય છે અને તેના બાળકો માનસિક અને શારીરિક શક્તિમાં નબળાં અવતરે છે. આ દરદમાં લૂખ જોઈ લાગે છે અને પાચન-શક્તિ મંદ પડે છે.

તખીઓ ખાસનો અર્ક કે સત્વ લેવા કહે છે. મગી અને ઈંડા છુટથી ખાવા સવાદ આપે છે અને ઉપરથી પાઉડરો અને ગોળીઓ આપ્યા જાય છે. પરિણામમાં લોહી સુધરવાને બદલે ઉલટું બગડે છે જેથી ખીજાં તરફવાર જાતનાં દરદો ટુટી નીકળે છે. માખાપોનું લોહી સુકાય છે ત્યારે બાળકો આ રોગ લાઇનેજ અવતરે છે. એ બતાવે છે કે હાલની તખીખી વિધા આપણા શરીરને સુધારી શકતી નથી. કેમીસ્ટ્રી એક સંપૂર્ણ સાયન્સ છે પણ જે અરકો માણસને હાથે બનેલા હોય છે તે પચાવવા બહુ બારે પડે છે. જે ખોરાકો કુદરતી આકારમાં હોય, જે ખોરાક રાખ્યો નહીં હોય અને જે ખોરાકમાં અરક કે મસાવા નાખ્યા નહાં હોય તેવાજ ખોરાક સૌથી સરસ અને સ્હેલાઈથી પચી શકે છે.

જે દરદને લોહીનો વીકાર થયો હોય તેની ચામડી સાધારણ ચામડી જેવી નથી હોતી અને તે બીની અને ગરમ સ્હેવાને બદલે સૂકી, રાતી, પીળી અને વિચિત્ર હોય છે. તંદુરસ્ત લોહી લાલ, પાતળું અને ચમકતું હોય છે પણ જે લોહીમાં કચરો હોય તે કાળાશ પડતું અને ઘાટું હોય છે અને કચરો જામ્યો હોય ત્યાં લોહીની નળીઓ પહોળી થાય છે અને ઘાટા લોહી જમાની દેવા માફ ત્યાં નાની નાની કોથળીઓ જામે છે. જેમ જેમ અંદરનું ખેંચાણ વધે છે તેમ તેમ આ કોથળીઓના મોઢા પહોળા થાય છે. જેમને લોહીનો વીકાર થયો હોય તેમની ચામડી શીઠી થઈ જાય છે એટલુંજ નહીં પણ તેમની નમેો પણ કાળી થઈ જાય છે. સાધારણ રીતે તંદુરસ્ત માણસોની નસો ચામડીની હેઠળ ચમકતી દેખાય છે પણ તેનો રંગ ખુબુ-આસમાની-ચતો નથી. લોહી વીકારવાળાઓની ચામડી સુકાયેલી-રૂક્ષ-જણાય છે અને સ્હેજસહેજ લીલી અને પીળાશ પડતી જણાય છે. કેટલાક દરદીઓને ચડેરો લાવ દેખાવા છતાં સસેરમાં નગજાઈ હોય છે એટલે તે તખીઓ કહે છે કે તારો રોગ તો ફક્ત મગજની બાજુ છે. તું તો સાચો તાજો છે.

ભરાઈ જાય છે એટલે લોહી ફરતું ચઢે છે અને ચામડીની સપાટી સુધી તે પહોંચતું નથી એટલે ચામડી શીશી અને સૂકાયેલી-ચમડાયેલી-જણાય છે.

ફેફસા નમળાં પડી જવાનું કારણ એ કે ચોખ્ખી તંદુરસ્ત હવા મળતી નથી. તખીઓ કહે છે કે ઝોરડામાંથી બહાર નીકળતા નહીં. નીકળશે તો ચરદી થઈ જશે. આથી દરદી ઘરમાં ભરાઈ રહે છે એટલે તેને ચોખ્ખી હવા મળતી નથી અને આ પ્રમાણે તે પોતાના રોગને બોગ થઈ પડે છે. તખીઓ બળે છે કે ફેફસા મારફતે શ્વાસોચ્છવાસમાં ચોખ્ખી હવા જઈ શકે અને જે વખતે ફેફસામાં ચોખ્ખી હવા જવાની ઘણી જરૂર હોય છે ત્યારે પણ તેનો લાભ તેને કેમ લેવા દેવામાં આવતો નથી? તખીનું વિદ્યા કેટલી અપૂર્ણ છે તે આ ઉપરથી જણાઈ આવે છે.

એયોપથીથી દરદ નામુદ થતું નથી પણ માત્ર દમાઈ જાય છે. તેથી પાચનશક્તિ સુધારવાને બદલે ઉવડી નમળી પડી જાય છે. મારા સાયન્સ એફ ફેસીયલ એક્ઝમ્પ્રેસ- નને આધારે કોઈ પણ માણસ તેનો ઇલાજ કરી શકે છે. આવાં દરદો તો ફક્ત પાચનશક્તિ સુધારીને જ દૂર કરી શકાય છે, પણ દવા દાટી નહીં. એનીમીયા-શરીરમાંથી લોહી ઉડી જવું તે-થયો હોય છે ત્યારે એક કે બીજા સ્વરૂપમાં લોહ-લોહાવાળી દવા-ખવરાવવામાં આવે છે અને બીજા હાથ ઉપર મારા, ખાટા, તિખા, મસાલેદાર ખોરાક ખાવા દેવામાં આવે છે. આથી કરીને એક બાજુ હોજરી નમળી બને છે અને બીજા હાથ ઉપર તેના ઉપર બોન્ને લાધવામાં આવે છે એટલે ભૂખ તો મરી જાય છે. ફૂંડતરોથી કટાણી જઘને અગર તખી- બોનું કાઈ ચાલતું નથી ત્યારે દરદીઓ મારી પામે આવે છે અને મારા ઇલાજથી કાપડો થાય છે ત્યારે જ તેઓ મેડીકલ સાયન્સ ઉપર ભરસો મૂકતા અચકાય છે અને મારી રૂઢીને વખાણીને તે પ્રમાણે આવે છે.

હું વધારાનો કચરો કાઢી નાખું છું, એટલે ફરતું ચઢતી પડેલું લોહી પાછું ફરવા લાગે છે. લોહીવિકાર થાય નહીં એટલા માટે પચી શકે એટલો જ ખોરાક આપુ છું. ગળ ઉપરાંત ખોરાક ખાવાથી બગમ પ્રગિયાર નીપજે છે. ખુલ્લી હવામાં દવા જેટલો શુચ્છ છે માટે હમેશા બારીઓ ખુલી જ રાખવી. તખીઓ કહે કે ઠંડી લાગશે કે ચરદી થઈ જશે પણ મારા સાયન્સ મુજબ તો ઠંડી જેવું કશું થતું નથી. ચરદી થાય તો તે નુકસાનકારક નથી. એક માણસ તંદુરસ્ત હોય તો તેનો અર્થ એટલો કે તેનામાં વધારાનો કચરો નથી. તેમ હોય તો તેને ચરદી બિલકુલ લાગે જ નહીં. જેને એની નડતર થઈ હોય તેનો કચરો મારા ઇલાજથી સ્હેવાઈતી બહાર નીકળે છે. ખુલ્લી હવાથી તો માણસનું શરીર તંદુરસ્ત અને તાબડુ બને છે અને શરીરમાં જે કાંઈ કચરો હશે તે ખુલ્લી હવાથી બહાર નીકળી જશે. ઠંડુ પાણી અને ચોખ્ખી હવા તો તંદુરસ્તી વધારનારાં છે. ઋતુમાં ફેરફાર થયો હોય તો તેથી જે ફેફસા થાય તે તો ઉવડી સારી ગણવી કેમકે શરીરમાં જે કચરો હોય તે બહાર નીકળી જાય છે.

૧૯ વર્ષની એક છોકરીને લોહીનીકાર થયો હતો. ૧૫ વર્ષની ઉંમરે એયોપથીના ઉપાયો કંવામાં આવ્યા હતા. એક તરફથી ગોળીઓ અને દવાઓ આપવામાં આવે અને બીજી તરફથી ભાત ભાનના મિષ્ટાન્નો જમાડવામાં આવે. પરિણામે આ છોકરીની નમળાઈ વધી ગઈ, પાચનશક્તિ દાનહવાત થઈ ગઈ અને છેડે મારો આશ્રય લેવો પડ્યો. તેને થયેલો

બંધકોગ-કળાશયત-મે વધી ગયેલ જોયો વળી તેની માસિક માદગી-ગત્યલાપણું-અનિ-
યમિત થઈ ગયું હતું. તે બાત આપધાન કરવાને પત્ર તૈયાર થઈ હતી. મે તેનો ખોરાક
બદલ્યો અને અન્ન ફળ શાકનો ખોરાક આપના માડ્યો માસ વિગેરે તદ્દન બંધ કરું. પીવામાં
માત્ર ચોળું પાણી આપતો. તેને ખુદની હાથમાં જ સુવાડી, દિનસમાં ત્રણ ક્રીકવન બાથ
આપનામાં આપતા અને અડવાડીયામાં બે ગ્રીમ બાથ તે લેતી ચોરા વખતમાં જ તે સાંજ
થવાના ચિન્હો જણાવા લાગ્યા. આ ગંડીનામાં તેની પાચનશક્તિ મુધરી ગઈ અને ગત્યલાપણું
પણ નિયમિત થયું, છ મહીનામાં તો તે પુગ્તી સુનાન જણાવા લાગી.

આંખ અને કાનનાં દરદો.

આંખ અને કાન એ બન્ને નરીંગના મુગ અવયવો જે ત્યારે તેમને રોગ થાય છે
ત્યારે એમ કહેવામાં આવે છે કે તેની સાથે જોડાયેલી નરોમાં કાંઈ રોગ થયો છે; પણ
મારી રોધ મુજબ તેનું કારણ શરીરના અંદગના રોગનું જ છે. કાંઈ વેગાએ કદમાન કે
ગોવડ જેવા દરદો દવાથી મટી જાય છે ત્યારે આંખ કાનના દરદો થઈ આવે છે શરીરમાં
વધારાનો પદાર્થ એકઠો થાય છે ત્યારે આંખ અને કાનમાં ફુગાવો થઈ આવે છે. આવો
રોગ હોય છે ત્યારે પણ શરીરને નાદુરસ્ત-મિન તદુરસ્ત-માનવું. નરીંગના આંખ અને કાન
જેવા ભાગોમાં જે દરદ થયું તો તે માગુમને મિન તદુરસ્ત-રોગી-માનવું કાગ્લ કે શરીરમાં
પદાર્થ એકઠો થયા વગર એવા દરદો થાય જ નહીં.

પહેલા કાનની વાત લઈએ. વધારાનો પદાર્થ છેક કાન સુધી આવી પહોંચે છે ત્યારે
કાનનો પડો ફાટી જાય છે અને પોનાનું કામ કરતો અટકી પડે છે. પગિયુએ અંદગના
ભાગમાંથી સોડી નીકળે છે. નીચેથી દગાણું સપ્ત હોય છે તો ફુગાવો થાય છે 'હવાથી અવાજને
કાનમાં ધ્રુમ્યા કરે છે. વધારાનો પદાર્થ ધીમે ધીમે કાનના વચના ભાગમાં એકઠો થાય છે
અને અંદગનો પદાર્થ ગમ્મ થઈને પરસ્પે બહાર નીકળે છે. તેને સાનું કરવામાં ના આવે
તો સામજવાની શક્તિ નાશુદ થાય છે અને આ બધું દવાદાગના ઉપચારોથી ઉત્તરું
વધી જાય છે.

હું કહીશ કે કાનમાં પડ થયું કે માથામાં શઘ્દી થવી વિગેરેનું કાગ્લ એક જ છે અને
તે એ કે બહારનો પદાર્થ શરીરમાં ધ્રુમી રીતે વધી જાય છે અને તે ગરમ થઈને સ્ત્રીકાશ
પડે છે એટલે ગુમ્મ થાય છે અને તેમાંથી પર ગ્સી વિગેરે વહેવા માડે છે શરીરમાં
ન્યા હવા લાગી શક્તી નથી ત્યાં સુજેલા ભાગો વધુ સારી રીતે માલમ પડે છે. આ બધું અંદર
બન્યા કરે છે, અને તે બધું ધ્યાનમાં લેવું ઘણું અગત્યનું છે. શરીરમાં તાપદ હોય છે ત્યાં
સુધી તો બધું ટગમયુ ચાલ્યા કરે છે પણ તે તાપદ ક્રમિ થઈ દેહનાજ થતો નથી આવી જ
રીતે આખોના દરદા થાય છે. આખમાં કુલ પડે છે, દરનું દેખાવું નથી આ નબળાઈ
વધારાના પદાર્થની છે. આને કાળા મોતીઓ અગર એમૈરોસીસ amafosis કહે છે.

સુરો મોતીઓ—આખમાં બહાગની કીટી ઉત્તર બહું પડ બાજે છે તે બતાવે છે
કે વધારાનો દરદો આખ આગળ એકઠો થયો છે. આ દરદ બહુ ધીમે ધીમે થાય છે અને

મેટા ભાગે તે જુદાવસ્થામાં માલુમ પડે છે. તેનું કારણ પણ વધારાનો પદાર્થ ધણો એકઠો થવાને લગતું છે.

લીલો મેલીઓ—આખમાં પદાર્થ વધી જવાથી આખનો ડોળો ખેંચાય છે. તખીઓ એવા ધલાળો કરે છે કે જે તંતુઓથી ડોળો બંધાયેલો હોય છે તેને કાપી નાખે છે પણ તેમ કુવાથી તો આખ દુપાઈ જાય છે અને મૂળ દરદ સાંજું થતું નથી. આખ ઉપર કદિ પણ વાદકાપ કરવો નહીં. વાદકાપથી બહાંગના ચિન્હો બંધ પડે છે પણ અંદરનો બગાડ તો મટતો જ નથી. શરીરનો વધારાનો કચરો પોતાની જગ્યા અગત હાલત બદલે છે જ્યારે જીવનું કે કોઈ નવું દરદ પાછું દેખાય છે.

આંખનો ઇજીપ્શીયન રોગ—આ રોગ બાળકોમાં સાધારણ હોય છે અને ધાતું કરીને વારસામાં ઉતરે છે. તેનો ધલાળ બહુ જ ધિમેથી થવો જોઈએ. મારી રૂઢી પ્રમાણે આ રોગ સાંજે થાય છે જેનો એક દાખવો હું અત્રે રજુ કરું છું.

આઠ વર્ષનો એક છોકરો હતો. તેની ચાર વર્ષની ઉંમરે આ રોગ થયેલો. તેને હો-સ્પીટલમાં રાખવામાં આવેલો જ્યાં તેના ઉપર ઓપરેશન કર્યા અને જૂદા જૂદા ઉપાયો અજમાવ્યા, પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. તખીઓ કહે તેને મગજમાં દગ્દ થયું છે. તેની મા તેને મારા પામે લઈ આવી ત્યારે મેં કહ્યું કે આખનો ડોળો સૂત્રો છે અને વધારાનો કચરો પીઠમાં ભરાયો છે. મેં તેને સાંધે ખોરાક આપવા માડ્યો અને દિવસમાં ત્રણ વખત બાથ આપવામાં આવ્યા તે છોકરો સાત દિવસમાં આખો ઉધાડવા લાગ્યો. તેને ઝાડા થવા લાગ્યા અને બીજા અઠવાડીએ અજવાળું જેવા લાગ્યો. તેવામાં તાવ આવવા માડ્યો તે એમ બતાવે છે કે અંદરની ગરમી બહાર નીકળવા માડી છે અને જ્યારે તે નીકળી ગઈ ત્યારે આખનું દરદ સાંજુ થયું.

બેવડું દેખાવું—આખની કીકી અને પીળા ટપકા વચ્ચે પદાર્થ ભરાય છે ત્યારે આ રોગ ભરાય છે મારા ધલાળથી આ રોગ સારો થાય છે એટલું જ નહીં પણ કેટલીક વેળા બરોબર દેખાવું અને કેટલીક વેળા એક જ દેખાવું એવું દરદ પણ નાણુંદ થઈ જાય છે.

બાડાપાણું—આખના કુદરતી ગોખલામાં કાંઈ કચરો ભરાય છે ત્યારે તે પોતાનું કામ બરાબર બજાવી શકતી નથી, તેથી આખનું ખેંચાણ વધે છે. ગોખલો સંકોચાય છે અને પોતાની કુદરતી જગ્યા છોડી દે છે. તખીઓ આ ગોખલો કાઢી નાખે છે પણ તેથી કાંઈ દરદ સાંજુ થતું નથી. કુદરતી ઉપાયોથી વધાગનો કચરો કાઢી નાખવામાં આવે તોજ આ દરદ સાંજુ થાય છે.

જે તંતુઓ વડે દેખાય છે તેનું જોડાણ સાચું ગ્રહેલું છે તેથી ડાળો તંતુ જમણી બાજુએ જાય છે અને જમણો તંતુ ડાબી બાજુએ જાય છે. ડાયાનો પદાર્થ વધી જાય છે ત્યારે જમણી ગાખ ખોટી થાય છે અને જમણાનો પદાર્થ વધી જાય છે ત્યારે ડાબી આખ ખોટી થાય છે. આખના દરેક દગ્દ માટે એકજ કારણ છે અને તે વધાગનો કચરો છે. આ કચરાની જેમ જગ્યા તેવું દરદ અને માખસ જનમાં કચરો વધે છે. તેમ તેમ આખના તરેહવાર દરદો થાય છે અને જે સ્પષ્ટતા તે બહાર આવે છે તે પ્રમાણે તેના જૂદા જૂદા નામો આપવામાં આવે છે અને તેના જૂદા જૂદા ઉપાયો કુવામાં આવે છે.

બંધકોરા-કમચ્ચયત-મે' વધી ગયેલ જોયો. વળી તેની માસિક માંદગી-રુઝત્વલાપણું-મમિત યર્ષ ગયું હતું. તે બાદ આપવાત કરવાને પણ તૈયાર થઈ હતી. 'મે' તેનો રોગ દૂર્યો અને અન્ન દળ સાકનો ખોરાક આપવા માંડ્યો. માસ વિગેરે તદ્દન બંધ કર્યું. પૂ માત્ર ચોખુ પાણીજ આપતો. તેને ખુસ્તી હવામાં જ સુવાડી, દિવસમાં ત્રણ ક્રીકદાન આપવામાં આવતા અને અંકવાડીયામાં બે સ્ટીમ બાથ તે લેતી. થોડા વખતમાં જ તે થવાના ચિન્હો જણાવા લાગ્યાં. ચાર મહીનામાં તેની પાચનશક્તિ મુઢરી ગઈ અને રુઝત્વ પણ નિપમિત થયું. ૭ મહીનામાં તો તે પુરતી સુવાન જણાવા લાગી.

આંખ અને કાનનાં દરદો.

આંખ અને કાન એ બન્ને શરીરના મૂળ અવયવો છે. ત્યારે તેમને રોગ ત્યારે એમ કહેવામાં આવે છે કે તેની સાંચે જોડાયેલી નસોમાં કાંઈ રોગ થયો મારી શોધ મુજબ તેનું કારણ શરીરના અંદરના રોગનું જ છે. કાંઈ વેળાએ ગોવર્ધ જેવાં દરદો દવાથી મટી જાય છે ત્યારે આંખ કાનના દરદો થઈ આવે છે વધારાનો પદાર્થ એકઠો થાય છે ત્યારે આંખ અને કાનમાં દુઃખાવો થઈ આવે રોગ હોય છે ત્યારે પણ શરીરને નાદુરસ્ત-બિન તંદુરસ્ત-માનવું. શરીરના આંખ જેવા ભાગોમાં જો દરદ થયું તો તે માથાને બિન તંદુરસ્ત-રોગી-માનવું. કારણ પદાર્થ એકઠો થયા વગર એવાં દરદો થાય જ નહીં.

પહેલાં કાનની વાત લઈએ. વધારાનો પદાર્થ એક કાન મુંઝી આવી પડેલા કાનનો પડો કાઢી જાય છે અને પોતાનું કામ કરતો અટકી પડે છે. પરિણામે ભાગમાંથી લોહી નીકળે છે. નીચેથી દવાણુ સખ હોય છે તો દુઃખાવો થાય છે. ઉપરથી કાનમાં ધુમ્મા દરે છે. વધારાનો પદાર્થ ધીમે ધીમે કાનના વચ્ચેના ભાગમાં એકઠો થા અને અંદરનો પદાર્થ ગરમ થઈને પડપે બહાર નીકળે છે. તેને સાંજું કરવામાં ના તો સાંબળવાની શક્તિ નાશુદ થાય છે અને આ બધું દવાદારના ઉપચારોથી વધી જાય છે.

હું કહીશ કે કાનમાં પડ થયું કે માથામાં શરદી થતી વિગેરેનું કારણ એક જ છે તે એ કે બહારનો પદાર્થ શરીરમાં છુપી રીતે વધી જાય છે અને તે ગરમ થઈને બીક પડે છે એટલે ગુમડાં થાય છે અને તેમાંથી પડ રસી વિગેરે વહેવા માંડે છે. શરીર જ્યાં હવા લાગી ચકતી નથી ત્યાં સુજેલા ભાગો વધુ સારી રીતે માલમ પડે છે. આ બં બન્યા કરે છે, અને તે બધું ધ્યાનમાં લેવું ઘણું અગત્યનું છે. શરીરમાં તાકાદ હોય મુંઝી તો બધું ટચમચ ચાલ્યા કરે છે પણ તે તાકાદ ક્રમિ ચક કે ક્યાજાજ ચતો નથી. આ રીતે આંખોના દરદમાં થાય છે. આંખમાં કુધું પડે છે, દુરસું દેખાતું નથી. આ નળ વધારાના પદાર્થની છે. આને કાળો મોતીઆ અગર એમેરોસીસ amaprosis કહે છે.

ભુરો મોતીઆ—આંખમાં બહારની કાંઈ ઉતર જડું પડ બાઝે છે તે બતાવે કે વધારાનો દ્રવ્યો આંખ આગળ એકઠો થયો છે. આ દરદ બહુ ધીમે ધીમે થાય છે આ.

ગોવર્ધ યથેહું. તમીમોએ તેને દવાઓ આપી આપીને શરીરમાનો કચરો બહાર કાઢવાને બદલે અંદર હાડી મૂક્યો, તેથી મધિવા થયો; નબળાઈ વધી અને કચરો માથે ચડ્યો ત્યારે કાન બહારે થઈ ગયો. મેં તેને ક્રીકશન હીપ અને સીટસ બાથ આપવા માંડ્યા. ડેટલીક વખતે રટીમ બાથ પણ આપેતા. બહુ ટુંકી મુદતમા તે સાજો થયો. તેનાં વાળ જે ભુરા થયા હતા તે પાછા કાળાં થયા. તેના ખોરાકમા ઘટાડો થયાથી તે લગભગ પાનળો થઈ ગયો. પંચ સામાન્ય તંદુરસ્તી મુશ્કેલી. તે આદમી પાછળથી જણાવે છે કે ઋતુમાં ફેરફાર થતી વખતે મને ખાસી અને સળેખમ થતાં હતાં તે પણ તમારા ઉપાયોથી જતાં રહ્યા. તે પાનળો થઈ ગયા છતાં શક્તિમા વધી ગયો હતો. દવાદાર વિનાના આ મારા ઉપાયો કેવા કામદા કરે છે તેનો આ પુરાવો.

દાંતનાં દરદો, માથામાં સણકો, ગળાનાં દરદો વિગેરે.

દાંતનાં દરદો—દાંત પહેળા થઈ જાય છે અગર તેમા દુઃખાવો થાય છે ત્યારે એમાં વધારાનો કચરો ભરાયો છે એમ માનવું. એ કચરો માથામા જતો અટકે છે અને દાંતમાં ભરાય છે એટલે તેનું દવાયુ થાય છે. દવાયુ એટલું બધું થાય છે કે તે કચાથી પણ અટકાવી શકતું નથી. પરિણામે દાંત સડે છે અને દુઃખાવો થતી વખતે શરીરમાં તાવ પણ ભરાય છે. દાંત કાઢી નંખાવવામાં આવે તો દરદ એટલું થવાને બદલે વધે છે અને શરીરને હાનિ પહોંચે છે. મારા ઇલાજ કરતી વખતે દાંતમાં દુઃખાવો થાય છે કારણ કે વધારાનો કચરો પાછો ફરતી વખતે દાંતને માર્ગે પસાર થાય છે. દાંતને કાઢી નાખો તો તે બહુ ખરાબ ઉપાય છે. હું તો ક્રીકશન બાથ આપું છું અને માથાને માટે વરાળના બાથ આપું છું. ખુલ્લી હવા અજવાળામા રહેવા ફરવાથી પણ રોગ મટે છે અને વધારાનો કચરો વેરાઈ જાય છે.

દાંતને સાફ કરવાની ધણી જરૂર છે, કારણ કે તેના ઉપર પીળા કચરાના પડ બાકે છે જે ધીમે ધીમે કંઠણ થઈ જાય છે. જેઓ દરદી હોય છે તેમને જ આમ બને છે. તંદુરસ્ત માણસોના દાંત જનવરોના દાંત જેવા સાફ રહે છે. દાંત ઉપર લીલ બાકે અથવા પીળા કચરો થાય તે પેટમા કચરો થવાથી જ થાય છે. પેટમાંનો કચરો કાઢી નાખ્યો હોય છે તો દાંત તાજ સાફ રહે છે. કોહી ગયેલા દાંત સાજ થતા નથી; માટે દાંતને જેટલા બચાવી શકાય એટલા બચાવજો. દાંત લીલા થઈ ગયા હોય તો મગજુત કરાવવા અગર તો નવા મૂકાવવા-અંધાવવા. દાંત એ શરીરમાંથી નીકળતા હાડકા છે અને મારાં સાયન્સ પ્રમાણે શરીરમાં જે કચરો ઉઠે છે ત્યારે તેની પહેલી અસર આ નીકળી આવેલાં હાડકાંએ ઉપર વહેલી થાય છે. કચરાથી શરીર ઉપર અસર થાય છે તેમ દાંત ઉપર પણ થાય છે. દાંત ઉપર 'માંસનું' પડ હોય તો તેના ઉપર વારંવાર રોગ થાય.

માથાની શરદી—શરીરના અમુક માર્ગે હવા અંદર જાય છે ત્યારે અમુક બાજો મુજે છે અને તે મુજે છે ત્યારે સણકા મારે છે. જે માણસના શરીરમાં કચરો હોય છે તેને જ શરદી થાય છે. શરીરની અંદર બગાડ થયો હોય તોજ માથાની શરદી લાગે પડે છે. જેમના ફેફસા નકામા પદાર્થથી ભરાઈ જાય છે ત્યારે કચરો સાથે ચડીને શરદી થાય છે જે એક રીતે તે કચરાને બહાર નીકળવાનો રસ્તો છે. મતલબ કે શરદી રૂપે કચરો બહાર નીકળી જાય છે. માથાની શરદીનો રોગ સાજો કરવા સાફ શરીરની અંદરનાં આંતરડા સાફ કરવાં. મારો ઇલાજ આ રોગ પણ સારો કરે છે.

ગોવરૂ થયેલું. તમીખોએ તેને દવાઓ આપી આપીને શરીરમાનો કચરો બહાર કાઢવાને બદલે અંદર હાડી મૂક્યો, તેથી મંધિવા થયો; નમગાઇ વધી અને કચરો માથે ચડ્યો ત્યારે કાન બહેરો થઈ ગયો. મેં તેને ક્રીકશન હીપ અને મીટસ બાય આપના માડ્યા. ડેટલીક વખતે સ્ટીમ બાય પણ આપેતો. બહુ દુકી મુદતમા તે સાજો થયો. તેનાં વાળ જે છુરા થયા હતા તે પાછા ટાંગા થયા. તેના ખોરાકમા ઘટાડો થયાથી તે લગભર પાનળો ચઢી ગયો. પંચુ સામાન્ય તંદુરસ્તી મુધરી. તે આદમી પાછળથી જણાવે છે કે ઝકતુમા ફેન્દાર થતી વખતે મને ખાસી અને સળેખમ ચતા હતાં તે પણ તમારા ઉપાયોથી જતા રહ્યા. તે પાનળો થઈ ગયા છતાં શક્તિમા વધી ગયો હતો. દવાદાર વિનાના આ માગ ઉપાયો કેવા કામદાર કરે છે તેના આ પુરાવો.

કાંતનાં દરદો, માથામાં સણકો, ગળાનાં દરદો વિગેરે.

કાંતનાં દરદો—ઘાત પહોળા થઈ જાય છે અગર તેમા દુઃખાવો થાય છે ત્યારે એમા વધારાનો કચરો ભરાયો છે એમ માનવું. એ કચરો માથામા જતો અટકે છે અને ઘાતમા ભરાય છે એટલે તેનું દમાયુ થાય છે. દમાયુ એટલું બધું થાય છે કે તે કશાથી પણ અટકાવી શકતું નથી. પરિણામે ઘાત સહે છે અને દુઃખાવો થતી વખતે શરીરમા તાવ પણ ભરાય છે. ઘાત કાઢી નખાવવામાં આવે તો દરદ ઓછું થવાને બદલે વધે છે અને શરીરને ઇજા પહોંચે છે. મારા ઇલાજ કરતી વખતે ઘાતમા દુઃખાવો થાય છે કારણ કે વધારાનો કચરો પાછો ફરતી વખતે ઘાતને માર્ગે પસાર થાય છે. ઘાતને કાઢી નાખો તો તે બહુ ખરાબ ઉપાય છે. હું તો ક્રીકશન બાય આપુ છું અને માથાને માટે વરાળના બાય આપુ છું. ખુલ્લી હવા અજવાળામા રહેવા ફરવાથી પણ રોગ મટે છે અને વધારાનો કચરો વેરાઈ જાય છે.

ઘાતને સાફ કરવાની ધણી જરૂર છે, કારણ કે તેના ઉપર પીળા કચરાના પડ બાંધે છે જે ધીમે ધીમે કાણુ થઈ જાય છે. જેઓ દરદી હોય છે તેમને જ આમ બને છે. તંદુરસ્ત માણસોના ઘાત જનનવરોના ઘાત જેવા સાફ રહે છે. ઘાત ઉપર લીલ બાંધે અથવા પીળા કચરો થાય તે પેટમા કચરો થવાથી જ થાય છે. પેટમાનો કચરો કાઢી નાખ્યો હોય છે તો ઘાત તદ્દન સાફ રહે છે કાઠી ગયેલા ઘાત સાજા થતા નથી, માટે ઘાતને જેટલા બચાવી શકાય એટલા બચાવજો. ઘાત લીલા થઈ ગયા હોય તો મજબુત કરાવવા અગર તો નવા મૂકાવવા-બદાવવા ઘાત એ શરીરમાથી નીકળતા હાડકા છે અને મારા સાયન્સ પ્રમાણે શરીરમા જે કચરો ઉઠે છે ત્યારે તેની પહેલી અસર આ નીકળી આવેલા હાડકાઓ ઉપર પહેલી થાય છે. કચરાથી શરીર ઉપર અસર થાય છે તેમ ઘાત ઉપર પણ થાય છે. ઘાત ઉપર 'માસનું' પડ હોત તો તેના ઉપર વારવાર રોગ થાત.

માથાની શરદી—શરીરના અમુક ભાગે હવા અંદર જાય છે ત્યારે અમુક ભાગો મુજે છે અને તે મુજે છે ત્યારે સણકા મારે છે. જે માણસના શરીરમા કચરો હોય છે તેને જ શરદી થાય છે. શરીરની અંદર બગાડ થયો હોય તોજ માથાની શરદી લાગુ પડે છે. જેમના ફેફસા નકામા પદાર્થથી ભરાઈ જાય છે ત્યારે કચરો સાથે ચડીને શરદી થાય છે જે એક રીતે તે કચરાને બહાર નીકળવાનો રસ્તો છે. મનશ્વન કે શરદી રૂપે કચરો બહાર નીકળી જાય છે. માથાની શરદીનો રોગ સાજો કરવા સાફ શરીરની અંદરના આતરડા સાફ કરવા. મારો ઇલાજ આ રોગ પણ સારો કરે છે.

ઈન્દ્રધ્યુએન્ઝા—૧૮૯૦માં ઈન્દ્રધ્યુએન્ઝા ફાટી નીકળ્યો હતો તે વખતે મેં ક્રાઈશ્ચન હીપ અને સીટસ બાથ વડે ઘણા ઇલાજો કર્યા હતા. સાથે સાથે હલકા અને ચોખ્ખા ગોરા-કનો બંદોબસ્ત પણ કર્યો હતો. આ રોગ પણ પેટમાં ક્યારે થવાથી થાય છે. ઠંડા બાથ વડે પેટમાંથી ક્યારે બહાર કાઢવામાં આવે છે. ઈન્દ્રધ્યુએન્ઝા સાથે તાવ આવે છે. તેનું કારણ પણ બહારનો ક્યારે છે. મારા ઠંડા બાથથી એકદમ ફાયરો થાય છે.

ગળાંના દરદો—હેલાં કેટલાંક વર્ષમાં મારા હાથમાં ગળાંના રોગના સંખ્યાબંધ દરદીઓ આવ્યા હતા. આ દરદ એક વખતે થયું તો વારંવાર ઉભરાઈ આવે છે. આ રોગનું કારણ એ છે કે શ્વાસનળીની આશુબાળુનો પ્રદેશ બગડે છે. દાકતરો દવાઓ આપ્યા કરે છે પણ કંઈ વળતું નથી. તેનું કારણ એ છે તેઓ નકામો અને વધારાનો પદાર્થ ખસેડી શકતા નથી. ઘણીકવાર આ રોગ વારસામાં ઉતરે છે. નકામો પદાર્થ ઉચે ચડે છે ત્યારે તે માથું અને ધડ એ બે વચ્ચેથી પસાર થાય છે. પરિણામે ગળામાં દરદ થાય છે. ત્યાં આગળ જે પ્રકારની નડતર બાહે છે તેને અતુસરીને દરદ થાય છે.

મારાં સાયન્સ પ્રમાણે ગળાંની તપાસ કરવાથી આ દરદ ઝોળખાઈ આવે છે. આ દરદનો ઉપાય ક્યારે જેટલા પ્રમાણમાં એકઠો થયો હોય તેને અતુસરીને કરવામાં આવે વારસામાં ઉતરેલાં દરદનો ઉપાય ઘણો લાભો વખત કરવો પડે છે.

પહાડી ખાંસી—કેટલાક પહાડ અને ડુંગરાવાળા પ્રદેશમાં એક જાતની ખાંસી છે, તેને 'પહાડી ખાંસી' કહેવામાં આવે છે. કારણ એ છે કે પહાડી લોકોને ભારે વા ઉચ્છ્વાસે હોયે ચડતું પડે છે. પહાડના પાણીથી પણ ઘણીવાર આ દરદ થાય છે. આ ધીમા અમુક જગ્યામાં ધાતુઓ કે ખનીજ પદાર્થો મળેલાં હોય છે અને તે શરીર સુખાકારીમાં ખસેલ પહોંચાડે છે. પાણીને રાખી મૂકવાથી ક્યારે તળીએ જઈ બેસે છે. શરીરનો કેટલોક પદાર્થ નીચે ઉતરે છે અને પછી તેમાંથી ખાંસી વિગેરે થાય છે. જેમ શરીરમાંથી કુદરતી રીતે ક્યારે બહાર નીકળી જાય છે તેમને આ રોગ થતો નથી. જેમની પાચનશક્તિ બગડેલી હોય છે તેમને દરદો થાય છે. ગરદન ઉપર ક્યારે ચડે છે ત્યાં માંસની પેશીઓ ઠરી જાય છે અને એ પ્રસંગે દમ કે શ્વાસ ચડ્યો તો બહુ મ હકીકત બને છે અને કેટલીક વખત રગજ ઉપર પણ અસર થાય છે. સોજો બહાર નીકળે તો બહુ દુઃખ થતું નથી પણ અંદરનો સોજો હોય છે તે બહુ ધારિત રહે છે.

બરફવાળું પાણી દરદીને કે માણસને સુખ આપે છે એમ કદિ પણ સમજવું નહિ બરફ અગર બરફનાં પાણીથી પાચનક્રિયા બગડે છે. સૂર્યના તાપમાં રહેલું પાણી જ પી માટે સૌથી સારું છે. દાખલા તરીકે ઝાડના છોડવા સૂર્યના તડકામાં જ વધારે ઉછરે અને ખીલે છે. જે માણસનો ગોરાક નિયમિત અને સારો હોય તેમને બહુ તરસ લાગત નથી. ગરમીની મોસમમાં ફળફળાદી ખાસ કરીને ખાવાં જોઈએ.

એક સ્ત્રીને ઘણા વર્ષોનું પેટનું દરદ હતું અને તેને લીધે તેને પહાડી ખાંસી થઈ અ શ્વાસ પણ રૂંધાવા લાગ્યો. મેં ક્રીકશન સીટસ-બાથ આપવા માંડ્યા એટલે શ્વાસ રૂંધાત ઝોછો થયો. અઠવાડીયાં પછી આશમ જણાવ્યો અને સોજો પણ ઝોછો થઈ ગયો. બીજાં અઠવાડીયાં દરદ સમૂળથી બંધ થઈ ગયું.

માથાનો દુઃખાવો, મગજનો ક્ષય, મોજો વિગેરે.

લોકો અને દાકતરો મોટી ભૂલ એ કરે છે કે જે જગ્યાએ દુઃખ દરદ થાય છે ત્યાંજ તેનું કારણ શોધી કાઢવા મથે છે અને ખામ કરીને માથાના દુઃખની બાબતમાં આ ભૂલ વધારે થાય છે. રોગનું મૂળ તો પેટમાં હોય છે અને મૂખ્ય કારણ તો નાભી-કુટી-આગળ એકઠા થયેલા પદાર્થને આધિન છે. મગજ ઉપર ચડતો મોજો પેટમાંથી જ આવે છે એટલે કે શરીરમાંનો વધારાનો પદાર્થ માથા તરફ જાય છે એવું મગજમાં સોજો ચડે છે. આ પદાર્થ ઘણું કરીને પાઠળના ભાગમાં હોય છે અને તે મગજના ગેગમાં જપ્ત આવે છે. દરદી પ્રથમ બહુ ખાખા કરે છે, પછી તેને કમજોર થાય છે અને છેવટે ગરીબા લોહીની ગડિ બાંધે છે, હઝ-મસા-થાય છે, લોહી વીકાર થાય છે. દવાથી આ બધું કદાચ દવાઈ જશે પણ પછી માથામાં મોજો ચડે તો મતલબ કે પેટનો સોજો માથે ચડે છે. બધા કેસમાં આ પ્રમાણે કાંઈ બનતું નથી. કેટલાકને બહુ ગરમી નથી હોતી અને ગરમ ઉપર ક્યારે બાંધે છે આ ક્યારે કટલાકને હાથમાં ચડે છે. કોઈને છાતીએ ચડે છે, કોઈના ક્યારાનો અને લોહીવિખરનો ખામ બની જાય છે એટલે તે નરીંગના એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં દોડે છે પણ કુદરતી કાયદો એવો છે કે શરીરના છોડાઓમાં તે પદાર્થ ગયા વગર રહેતો નથી અને આ ક્યારે માથે ચડી જાય છે ત્યારે મગજ ખતારા માટે છે મતલબ કે મગજનો ક્ષય લાગુ પડે છે પકેના જે લોહીનીકાર કે ગાંઠો નાભી પ્રદેશ અગર કમર તરફ જમતો તે હવે મગજમાં ક્ષયના સ્વરૂપમાં એકઠો થાય છે.

મારા ખાસ વડે મગજ ઉપરનો સોજો પાછો હઠાવવામાં આવે છે તો માથાનો ક્ષય દૂર થાય છે. મગજમાંથી ખમોલો આ સોજો પાછો પેટમાં જશે અને ત્યાંથી તે ક્યારે નાબુદ થાય ત્યારે જ માથાનો સોજો કમિ થયેલો ગણી શકાય. બધા દરદીએતે માથે મોજો ચડે છે એવું કાંઈ નથી. કેટલાકને પેટમાં અગર શરીરના બીજા ભાગોમાં ગાંઠો પાકે છે છતાં તેમનું માથું દુઃખતું નથી. નડનગેનો જથ્થો શરીરના આગળા ભાગમાં હશે તો માથા મુધી મોજો ચડતો નથી. કેટલાકને આ વિકાર ફેફસા કે ગરમ આગળ થાય છે. આ દરદ તથા વિકાર મુધની નકે છે. શરીરના પાઠળા ભાગમાં નડનર થાય છે ત્યારે તેને સાંભળે કરવા મુશ્કેલ છે. તેના માર્ગમાં કશો અટકાવ નથી થતો તો મોજો માથા મુધી પહોંચે છે અને આ પદાર્થ રસનામાં અટકાઈ જાય છે તો સાંભળ તો ચડે છે. તે વખતે તબીબો જણાવે છે કે આ દરદ તો બેગના સોજાનું જ છે. બીજું કાંઈ નથી. હું કહીશ કે બેગના રોગનું મૂળ પણ પેટમાંથી જ વદ થાય છે અને વળી માથાનો દુઃખાવો પણ તેજ કારણને લીધે થાય છે. તકાવત એટલો જ કે માથું દુઃખે છે ત્યારે પેટનો ક્યારે બહુ નુબાનમરક નથી પણ તે વખતે માન પાચનક્રિયાની જ ફરીયાદ હોય છે.

માતા ઈલાજની ફેલેનો આધાર ખાસ કરીને માથાનો દુઃખાવો એટલે પેટનો મોજો ઉતારવા ઉપર છે. માથામાં સોજો છે કે નહીં તે હું દુઃખાવાના સ્વરૂપ ઉપરથી પારખી શકું છું. બધાનું કારણ પેટનો મોજો છે. માગ જાય લેવાથી અને કુદરતી ખોરાક ખાવાથી જે અસર થાય છે તે પેટમાં અને કુટી ઉપર જ થાય છે. આ બાથથી દરદ દરદ સાદું થઈ શકે છે. એકલો ક્રીશ્ચન-માથ લામો વખતે માથું ગળવામાં આવે તો માથાનો દુઃખાવો

નરમ પડે છે. આ ઇલાજને માટે ધણી સ્ત્રીઓ તો મારી મરદારી પણ કરતી હતી પણ તેમની મેં ખાત્રી કરી આપી છે. લાંગા વખતનો દુઃખાવો સાંજે થતો નથી દારૂ કે કચરો પાછળ હાંતી વખતે બીજા અનેક દરદી સાથે લેતો આવે છે. કેટલીક વખતે બાથપી માથું વધારે દુઃખે છે દારૂ કે કચરો પાછળ હાંતી વખતે માથાંના ગાનનંતુઓ ઉપર અસર કરે છે.

એક માણસને બેઝનનાં સોજાં ઘણા વર્ષથી લાગુ પડ્યા હતા. તેણે ઘણા ઇલાજો કર્યા હતા, પણ તેની દાહત્ર મુધરવાને બદલે ઉઘડી બગડવા લાગી હતી. પ્રથમ તો તેને માથાનો દુઃખાવો જ થતો હતો અને તે દવાઓ વડે બંધ કરાવ્યો ત્યારે તેને મગજનો મોજાં લાગુ પડ્યો. તબીબોથી કંટાળીને તે મારા પામે આવ્યો. મેં તેને દરદી જ બાથ આપીને અને ખોરાકમાં ફરફાર કરીને તેની પાચનશક્તિ સુધારી આપી એટલે ગાંઠ પીગળી ગઈ અને તે સાંજે થયો.

ટાઇફસ, મરડો, કોલેરા, ઝાડા વિગેરે.

ટાઇફસ તાવ—આ જાતનો તાવ સૌથી સરસ તંદુરસ્તી બોમવનાર માણસને પણ લાગુ પડે છે અને ખાસ કરીને સુવાન ઉમરે વધારે થાય છે. આ જાતનો તાવ ઘણો સખત હોય છે અને તેને સાંજે કરવા માટે જે ઉપાયો લેવા પડે છે તે પણ બહુજ આકરા હોય છે. આ રોગથી ઘણા માણસો મરણ પામે છે પણ મારી નવી રીતથી આ રોગમાં જે બચ રહેલો છે તેનો નાશ થાય છે. શરીરમાં વધારાનો કચરો એટલો બધો વધી જાય છે કે આવો રોગી સાંજે થવાની કાંઈ ખાત્રી હોતી નથી. મારી રીત મુજબ દરદીને પુરતો પરસેવો વાળી શકાય તો દરદી સ્થેલાઈથી દૂર થાય છે. મારા ઇલાજ પ્રમાણે મને માલમ પડ્યું છે કે થોડા દિવસમાં ટાઇફસનો દરદી દરતો ફરતો થઈ જાય છે. ટાઇફસ બહુ જોર પકડે છે ત્યારે મારા સ્ત્રીમ-બાથ બહુ દાર્પસાધક નીવડે છે. જેવો દરદી તેવો બાથ એમા ક્રીકશન-હીપ-બાથ અને સીટસ-બાથ એક પછી એક એવી રીતે લેવા જોઈએ. બીજા બધા રોગોમાં છે, તેમ ટાઇફસમાં પણ એકનો એક જ ઉપાય કામે લાગી શકે છે.

મારો એક આ મિત્ર મને લખે છે કે ટાઇફસ અને થીતળા નીકળેલા દરદીઓને પણ મેં એક સ્ત્રીમ-બાથ અને ત્રણ ક્રીકશન-હીપ-બાથ અને સીટસ બાથ આપી સાગ કર્યા હતા. આ ઇલાજોથી તેઓનું દુઃખ નાશ પામ્યું હતું. જે જે દરદીઓ દવાઓ પી પીને મારા પામે આવ્યા છે તેમને મારા ઇલાજે બહુ લાભો વખત કરવા પડ્યા છે.

કોલેરા; મરડો—પાચનશક્તિમાં મોટા ફરફાર થયેલો હોય છે ત્યારે કોલેરા અને મરડો થાય છે. આ વખતે અંદરનો તાવ બહુ બારે હોય છે. કોલેરા વખતે અંદરની ગરમી એટલી બધી વધે છે કે અંદરનો ભાગ બળી જાય છે અને દરદીના હોઠ, નાક, આંખ વિગેરે કાળાં થઈ જાય છે, તે તેની વધુ ખાત્રી છે. જેમના પેટમાં હદ બદારનો કચરો થયો હોય છે તેમને કોલેરા અને મરડો થાય છે. આ હિસા રોગો આવ્યા કચરાવાળા માણસોનેજ લાગુ પડે છે, આ બાબત “કોલેરા, ઝાડા અને એવા જ દરદી વિષેની મારી ચોપડી”માં મેં વીસતારથી વર્ણવેલી છે. કોલેરા થવાનો હોય છે ત્યાર પડેલાં કમજોર સખ્ત થાય છે અને શરીરમાં બારેપર્ણ અગર સુસ્તી જણાય છે. તે બનાવે છે કે કચરો ઉમરાવા-કિચવા-

માંડ્યો છે. મારા ધારવા પ્રમાણે કોવેરાથી પેટનો બધો ક્યરો ધોવાઈ જાય છે. શરીરમાં વધારાનો ક્યરો એટલો થયેલો હોય છે તેને સ્નેહ પણ કારણ મળે છે તો તે બધો પેટમાં દોડી આવે છે અને આમીમાંથી તે બહાર નીકળતો નથી એટલે પેટ વારં છુટી પડે છે. કૌવત-શક્તિ હોય તો દરદી બચી શકે છે, નહીં તો લોહી ગગડી પડે છે. દવાઓ ખાઈ ખાઈને માણસે સાગ્ર થવાની શક્તિ ગુમાવી દીધી હશે તો આ દરદ સામે ટકી શકશે નહીં. અંદર વધી પડેલી ગરમીની અસર પાચનશક્તિને અસર કરે છે. આ અંદરની ગરમીથી અંદરથી શરીર ખવાય છે પણ બહારથી તો ગરીર ઠંડું જ લાગે છે.

સોથી પહેલા શરીરની અંદરની ગરમી ઓછી કરવી જોઈએ. અને પછી કુદરતી ઇલાજોથી દરદીને પરસેવો વાગવો જોઈએ. શરીરમાં કૌવત હશે તો દરદી બહિસે સાંજે થશે. કેટલાક દરદીઓને બહારની દડી લાગતી નથી, તેનું કારણ એ કે અંદર હદ બહારની ગરમી છે. આવા માણસો વધારે જોખમી છે. ૧૮૪૯ અને ૧૮૬૬માં લીપ્પીક શહેરમાં કોવેરા ફાટી નીકળ્યો ત્યારે એ ધણુ કેસો એવા હતા. અસારે હું ટકી શકું છું કે તે વખતે જે જે દરદીઓની ગમ્મી બહાર નીકળી ગઈ તેઓ બચી ગયા અને જેમની ગરમી અંદર રહી તેઓ મરણ પામ્યા. દાખવા તરીકે એક સહવારના ૧૧ વાગે પોતાના બાળક સાથે પાડામાં દરદી હતી અને બપોરના એ વાગે તો તેનું મરણ બહાર કાઢવામાં આવ્યું. આ કેસમાં દરદીની હોળરી અંદરની ગરમી સામે બિવકુલ ટકી શકી નહીં. તેના હોઠ, આંખો અને નાક કાળા પડી ગયા તે ઉપરથી એમ જણાયું હતું કે તેના પેટમાં ક્યરો બેઠક બરાબ ગયો હતો.

આવા બનાવોમાં મારા ક્રીકશન-સીટસ-ગ્રાથ બહુ ઉપયોગી થઈ પડશે. આથી શરીરની શક્તિ વધે છે. પેટને ગ્રીમ-ગ્રાથ આપ્યાથી ઘણી સારી અસર થાય છે પણ પાછળથી ક્રીકશન-સીટસ ગ્રાથના હીપ-ગ્રાથ આપવા જોઈએ. બની શકે તો સન-ગ્રાથ પણ આપવો. તેમ કરવાથી પરસેવો વળશે અને સન-ગ્રાથ-સૂર્યસ્નાન-લેવાનું નહીં બની શકે તો પુસ્કાળ કપડા ઓઢીને ખીઠાનામાં સુઈ રહેવું અને પરસેવો વળતાં સુધી પડ્યા રહેવું, ખોરાકમાં પણ બહુ જ કાળજી રાખવી પડે છે, પણ તે પહેલા દરદીએ પોતે સારી પેઢે ઓઢવું જોઈએ. ઘણાક કેસોમાં ઠંડક આપનારા બાથથી દર્દી બચવાથી-મૃત થઈ શકશે. આવા દરદીને કુદરતી રીતેના તદ્દન નરમ ખોરાક આપવો.

મગ્ડો થાય ત્યારે પણ એમ જ કરવું. થોડાક ક્રીકશન-સીટસ-ગ્રાથ કે હીપ-ગ્રાથથી રોગ મટે છે. આ ઉપાયથી દરદ સાબળું નહીં થાય તો ઇંટનો એક ટુકડો લઈ તેને ગરમ કરી ઉનના કપડામાં લપેટી અને તેને આગળ છુપા બાગની નીચે મૂકવી. પછી ક્રીકશન-સીટસ ગ્રાથ લેવો અને ફરીને તેજ ઇંટનો ટુકડો મૂકવો.

જેઓ આની ગતિ સાગ્ર થાય છે તેમને બહુ આરામ મળે છે, કારણ કે પહેલા જે બધો ક્યરો ભગ્યો હોય છે તે હવે સાફ થઈ ગયેલો હોય છે, પણ આવા રોગો થાય જ નહીં તેની પ્રથમથી કાળજી રાખવી જોઈએ. મારી રૂઢી સિદ્ધ કરી આપે છે કે કંઈ જગ્યાએ બહારનો ક્યરો એટલો થયો છે, અને આ જાણવાથી કોવેરા જેના દરદીનો ઇલાજ વખતસર થઈ શકે છે. હિંદુસ્થાન અને ખીજ દરના દેશોમાં આ રોગના અટકાવ સાંઈ મારા ઇલાજો દેવા કાર્યસાધક રીતે વાપરી શકાય છે તેના હેવાલો મને મળ્યા છે. આ રોગના

અટકાવ માટે હલકો ખોના લેવો ફાયદામંક છે. એકચુટ શીત, કોલેરા અને મરડા વિગેરેમા માગ ધવાળે અને મરી સૂચનાનાગો ખોગક ધણો જલદી ફાયદો કરે છે.

ઝાડા સાથે દલદી પણ થવ છે અને બાળકોમા આ ઉપદ્રવ વધારે હોય છે. આ પણ કોલેરાનું એક રૂપ તર છે. માતા ધાવણને બદલે જે બાળકોને શીશીના દુધ ઉપર ઉછેરામાં આવે છે તેમનામા નકમો પદાર્થ વધી જવાથી આવા દરોડા થાય છે તેની માવજત પણ ઉપર મુજબની છે. બાપ કે માતા પડખામા બાળકને સુવગવવાથી તેને પરસેવો વહેતો વળશે અને એ રીતે કેટલીક ગરમી અને ક્યારે બહાર નીકળી જશે.

સાધારણ ઝાડા એ પણ મરડો અગર કોલેરાના વર્ગમા સમાઈ જાય છે. ઝાડા થઈ જવા એ પગ કુદરતી બનાવ છે, કાણુ કે એ રીતે અંદરનો ક્યારો અને હોજીમાના બગાડ બહાર નીકળી જાય છે. આવા ઝાડા બહુ લાંબો વખત ચાલવા નહી જોઈએ. ઝાડા અને કમજબાન અને બળે નમગી પાચનશક્તિની નિહાની છે અને આરી મિથિમા પુષ્ટિકાંક ખોરાક વધી જાય છે તો એક માગમ પાતળો થાય છે અને બીજે જલોડા થાય છે. ક્રીક-શન-બાથથી રોગ મટે નહી તો ખુદથી હવામા પેટ સાફ કરવું, એટલે કે બાળકમા ઝાડે કરવા જવાને બદલે વગડામા ઝાડે કરવા જવું. મખત બંધકોશનાગાએ તો ખામ કરીને વગડામા ઝાડે કરવા જવું અને તેથી બહુજ સારી અસર થશે.

હવાના ફેરફારવાળા અને ગરમ દેશોના તાવ

મેલેરીયા, ટાઈફા, પીળો, પિત્તવાળો વિગેરે તાવ.

તાવના ગમે તે નામો આપણે સાબળીએ અને તેમને ગમે એવા સ્વરૂપમા આપણે જોઈએ પણ તે ઉપન્ન થવાનું અને આગમ વધવાનું કારણ તો માત્ર એક જ છે અને તે એક નકામા પદાર્થનું ઉભરાણ થવું તે ગરમ દેશોમા દિવસનું અને રાતનું ટેમ્પરેચર જેમ એક બીજાથી ઘણું જૂની જાતનું છે તેમજ ગરમ દેશોના તાવમા પણ મેંગા ફેન્દાર થતો રહે છે. માણસના શરીરમા વધાગનો પદાર્થ થોડાક પણ હોય છે તો તેથી ગરમ દેશમા ખાસ કરીને વધારે તાવ આવે છે પણ ઠંડા દેશમા તેમ થતું નથી. પીળા તાવનું નામ આમડી પીળા બની જાય છે તે ઉપરથી પડ્યું છે. પહેલા તો માથું દુખે છે, થાક લાગે છે, આમડી મુઠી જણાય છે, આકડી આવે છે વિગેરે ચિન્હો થાય છે. પછી પેટનો ક્યારો કાળો થાય છે એટલે આખનો ધોળો ભાગ પીળો થઈ જાય છે અને દરદીને કાળા ઉપડી થાય છે અને મૂત્રુ નીપજે છે તો મરણ પછી દરદીની આમડી કાળા થઈ જાય છે. આ દરદી પહેલેથી અટકાવ થયો જોઈએ અને તેટલા માટે સાદો અને માસ વગરનો દેશની પેદાશનો કુદરતી ખોરાક ખાવો. કુદરતી જીંદગી ગાળવી અને ક્રીકશન બાથ લેવા. બાથનું પાણી હવા પ્રમાણે ગરમ કે ઠંડુ રાખવું. જે ગરમીથી રોગ થાય છે તે રોગ ગરમીથી મટે જાય છે, કારણુ કે ગરમીથી સન-બાથ-સ્પર્શનાન-મળે છે. શરીરનાર્ધન, એન્ટીપાઇરીન વિગેરે દવાઓ જાનતલુઓને નમગા બનાવી મૂકે છે અને રોગ વધે છે. દવાનો નાનો ડોઝ-માત્રા-અસર કરે છે તો દાકતરો બીજાવાર તેથી વધારે પ્રમાણમાં દવા આપે છે. પરિણામ એ આવે છે કે દરદી સુધારવાને બદલે શરીરના અવયવોને સુસ્ત બનાવે છે.

બટેવીયા વાળા મી. આર. અને જીનોઆ શહેરથી લખે છે કે બટેવીયા ખાતે મારી સ્ત્રી અને મારા હીસામી કારકુનને ત્યાંની હવાના તાન આનંદ લેતા. તેમને મેં તમારૂં પુસ્તક મોબી આધ્યાત્મી તેમણે તમારી રૂઢીના ઇનાજો અજમાવ્યા અને તે તાવ ઉતરી ગયા. બ્રાઝીલવાળા ડેનરડ મી. એમ તા ૧૬-૧૨-૧૮૯૦ ના પત્રમા મને લખે છે કે મારી પાચનશક્તિ બગડી હતી તે તમોએ સચવેલા બાથથી સુધરી છે અને અત્રેના તાવ આવતો તે ઉતરી ગયો છે. અમારે અહીં મકાઈની રોટલી, મકરીયા, તરમુચ નારંગી, અંજીર અને ખજૂર પુષ્કળ થાય છે તે હું ખાઉં છું. આવી જ રીતે ગોલ્ડગ્રાસ, બ્રિટિશ હાન્ડુરામ, દક્ષિણ પશ્ચિમ આફ્રિકા, દારેસાલામ, બાર્નાબો, વિગેરે દેશવરોમાંથી મને માગ માયન્મની ફોતેહ માટે મુબારક બાદી આપનારા અને મારી ડહી ફોતેહમદ ઉતર્યાની ખાતી આપનાગ મખ્યા બધ પત્રો મળ્યા છે એક જગ તો એટલે સુધી લખે છે કે જગવમા પણ મને તમા- પુસ્તક ઉપયોગી થઈ પડ્યું છે અને ખાતના ખેતરમા એક બાર્બનું કુપકુ બળી જતા તે પગ ઉવમા દાઝી ગયેલી તેને તમારી રૂઢીના વેટ-પેટ ભીના માફ આધ્યાત્મી તે જાદી સાજ થઈ. દાકતરી ઉપાયોથી તેને મહીનાના મહીના સુધી મનમ પડા દગવા પડત તમીમોની દવા કામ કરતી નથી ત્યાં તમારા ઇલાજો ફોતેહમદ ઉતરે છે શરીર ઉપર ગાડુમડ થાય છે તે તમારી રૂઢીથી સારા થાય છે.

ગોલ્ડકોસથી મી. જે. એસ લખે છે કે તમારી રૂઢી વિષે અમે વાંચ્યાની બીલીયસ શીનર-પિત્તજ્વર-ઉપર અમે તમારા ઇલાજો અજમાવ્યા જેથી વારવાર ઉથલા ખાતો આ તાવ તદ્દન ઉતરી ગયો. મધ્ય અમેરીકાથી મી. એમ એચ લખી જણાવે છે કે હું દર વર્ષે તાનનો ભોગ થઈ પડતો હતો પણ આ વર્ષે તમારા ઇલાજોથી હું એ દગ્દમાંથી બચી ગયો છું. મી. એફ. એમ જણાવે છે કે મારી સ્ત્રી માટે મેં ૩૦ વર્ષ સુધી ઇલાજો કર્યા પણ કાંઈ વળ્યું નહો. પાચનશક્તિ તદ્દન નાશ પામી હતી તમારો કામગીર મળ્યા પછી ક્રીકશન-સીટસ-બાથ શરૂ કર્યા અને તેનું દરદ સાજુ થયું.

એક જણ લખે છે કે મારા ડાંગા હાથ ઉપર “કીહી” નામનું ખરજનું નીમ્બુ યોનિયોમા ખરજવાને “કીહી” કહે છે આ દરદ તમાગ ઇલાજોથી સાજુ થયું આ દરદ કોઈ વખતે આખા શરીરે થાય છે અને ગ્રાંથ વખતે અમુક અમુક ભાગમા થાય છે પણ તમાગ ઇલાજથી હું તે રોગથી મુક્ત થયો છું મેં પહેલા સ્ત્રીમયાથ લીધો, પછી ક્રીકશન-હીપ-બાથ લીધો, પછી ક્રીકશન-સીટસ-બાથ લીધો ત્રણ દિનમા દરદ તદ્દન ગયું તમારા ઇલાજોનો મારા મિત્રમડાગા હું ફેલાવો કરું છું હુનિયાના અનેક ભાગોમાંથી આવ્યા પત્રો મને મળ્યે જાય છે.

દારેસાલામમા રહેતા મી. જી નામના મીશનરી લખે છે કે મારો બત્રીજો ડેનીયલ ઈ. મેટેરીયામા સપડાયો કવીનાઈન, એન્ડ્રીપાઈરીન, એન્ડ્રીફીન વિગેરે ઉપાયોથી કાંઈ વળ્યું નહીં અને તાવ તો કહે કે મારૂં કામ આખરે હવા ફેરથી દીક થશે એમ ધારું, એટલામા તમારા નવા ચૌસત્રની રૂઢી મને યાદ આતી અને ક્રીશન-હીપ-બાથ શરૂ કર્યો અને માત્ર ૬ કલાકમા દરદ સાજુ થયું. તાવ ઉતર્યો અને પગસેવા વળ્યો અવા ગરમ દેશમા તમારી રૂઢી પ્રમાણે ચાલવાથી હું અને મારૂં કુટુંબ સાગી તદ્દરતી ભોગરીએ છીએ ઘણી મુશીબતે તમારા ઇલાજો અહીંના ડેશીઓમા પણ અજમાવ્યા છે જેમા મને ફોતેહ મળી છે.

ગોર્નાગિવાળા મીચનરી મી. ઓ લખે છે કે તમારી રૂઢી જલ્પ્યા પંજી મેં તે મારા પોતા ઉપર અને ખીજાઓ ઉપર અજમાવી જેમા મને ફત્તેહ મળ્યા. એક વખતે મને હિંદી તાવ આગ્યો અને મેં તેમા સ્ટીમ-માથ લીધો જેથી મારો તાવ ગયો જે જોઇને મારા મિત્રો અજબ થયા.

રક્તપિત અને કોઠ.

કોઠનો રોગ ખાસ કરીને ગરમ દેશોમા બહુ જોરમા થાય છે. યુરોપ જેવા ઠંડા દેશમા આ રોગનો ખ્યાલ આવી શકતો નથી. આ રોગના પંજામાં સપડાયેલાને મૂલેજ છુટકો કારણુ કે તેનો કોષ પ્રસિદ્ધ ઇલાજ નથી. આવા દરદીઓને ગામની વસતીથી દુર રાખવામા આવે છે અને દરદીઓ રક્તપિત આશ્રમમા કે ઇસ્પીતાજમા પોતાનું જીવન પુરું કરે છે. રક્તપિતનું પણ એકું જ છે. આવા દરદીઓને હોસ્પીટલોમા રાખવામાં આવે છે અને તેમને તેમનાં કુટુંબીઓની સાથે વાલચિન કરવા દેવામા પણ આવતી નથી. ઠંડા દેશોમા રક્તપિત અને કોઠ માલમ પડતા નથી. જે કારણથી ગરમ દેશમા રક્તપિત થાય છે તેજ કારણથી ઠંડા દેશોમાં સંધિવા અને જલંદર થાય છે. જેમકે ખજુરીનું ઝાડ ગરમ દેશમાં ઉછરે છે અને એકનું ઝાડ ઠંડા દેશમા ઉછરે છે; જો કે બન્નેના ઉપર એકજ સૂરનો તાપ પડે છે. ગરમ દેશમા રક્તપિત થાય છે તો ઠંડા દેશમા જલંદર થાય છે અને તે બન્નેનું કારણુ એક જ છે.

રક્તપિત જે જાતના થાય છે. એક બીજો અથવા પાણી ગરતો અને ખીજો સુકો. બીનામા શરીર ધીમે ધીમે સહે છે અને વર્ષો સુધી ગીઆનું પડે છે. દરદ પુષ્કળ ફેલાયા પછી મૃત્યુ નીપજે છે. સુકા રક્તપિતમા પાચનક્રિયા બગડે છે અને શરીરના છેડા ઉપર કાળી ગાઠો બાઝે છે. તે પછી હાથ પગ અને શરીરના બીજા ભાગોમા ચાંદા પડે છે જે શરીરમાની બેહદ ગરમીના ચિન્હ રૂપે છે. આંગળાંના સાધા આંગળથી મામ ખવાવા માટે છે. તે પછી આખા શરીરનું માસ ખવાઈ જાય છે. દરદ બરાબર ફેલાઈ ગયા પછી શરીરમા મામ હાડકા અને ચામડી રહે છે.

આ રોગનું કારણુ પણ શરીરમા નફાનો પદાર્થ જામી જવાને લગતું જ છે. પહેલી રક્તજાન થેટમા જ થાય છે. આ દરદ કેટલાકને વાગ્સામા ઉતરેલું પણ હોય છે. ગરમ દેશોમાં તાપને લીધે આ કચરો શરીરમા તવાઈ જાય છે અને નફાનો પદાર્થ શરીરના છેડા ત-ક ધસે છે. તે પછી શરીરમા નમોહારા ફનું લોહી બરાબર ફરી શકતું નથી જેથી રક્તપિતવાળાઓના સાંધા જડ-સુન્ય મારી જાય છે-થાય છે. અંદરથી તાપ અને બહારથી શંદી લાગે છે. સુકા કોઠમાં શરીરના છેડાઓ સુકાઈ જાય છે. દરદી સારો ખોરાક ખાય તોપણ ફાંહી બરાબર નહીં ફરવાથી તેને પુષ્ટિ મળતી નથી. ખોરાક શરીરમા ફરી વળે છે ખરો પણ તે ઇલા દરદાને પાપણુ મળતું નથી. આપણે જે ખાઈએ છીએ તેથી નહીં પણ આપણે જે પચાવી શકીએ છીએ તેથી જ આપણને ગાંઠ મળે છે. જલંદરની પેટ લીવા રક્તપિતમાં પણ શરીર મળતું જાય છે. આ દરદમાં પણ પાણીને લીધે શરીરમા રસ ઝોટે છે અને એ રસથી શરીર બગાઈ જાય ત્યારે છેવટની દશા સમજની. કોષ વખતે એકજ

દરદીને રક્તપિત્ત, હૃદય રોગ અને જળદર એવી સામાન્ય થાય છે કારણ કે રક્તપિત્ત પાણીમાં ગળી જાય છે. ઠંડા દેશોમાં રક્તપિત્ત થાય છે તે જુલ્મ પ્રકારનો થાય છે જે ક્ષયને મારતો હોય છે. તદ્વાચન એટલેજ કે ક્ષયમાં વધારાનો ક્યારે રક્તપિત્તની માફક છેડા ઉપર ઉતરતો નથી પણ ફેફસાંમાં જમી જઈ ત્યાંજ ઠહોવાટ કર્યા કરે છે.

રક્તપિત્તના ઇલાજ તબીબોએ શોધ્યા નથી અને તેઓ શરીરની નસોને એવો રોગ લાગુ પડે છે એવું માનતા નથી. વધારાના ક્યારેને બહાર કાઢી નાખીએ અને તાવને કા-જુમાં લઈએ તોજ રક્તપિત્ત મટે છે. જો આમનું કંઈ બનતું નથી તો મારા ઇલાજથી માત્ર દરદીની હાલતમાં સુધારો થાય છે કારણ કે હલકા ખોરાક અને ક્રીકશન-બાથ આપવામાં આવે તો પાચનશક્તિ સુધરે છે અને શરીરની ખીજ કિંચાઓ નિયમિત થાય છે અને પરસેવો વળે છે.

કોઠના ઉપાય તરીકે મારી રૂદ્ધ કેવી કાર્યસાધક નીવડે છે તે બટેરીયાના એક દરદીની ખીના ઉપરથી આપણે અગાઉ જોઈ ગયા. તેણે મારા ઇલાજને ક્યાં ત્યારેજ સુધાર્યો. તે પહેલાં તો ઇકતરોએ તેને કહી દીધેલું કે તારૂં દરદ સાચું નહીં થાય. આટલું છતાં મારા ઉપાયોથી ફત્તેહ મળી.

મારા બાથ તંદુરસ્ત માણસો લીધા કરે તો તેમને રક્તપિત્ત કે ખીજાં કંઈ પણ દરદ થવાની ધારિત રહેશે નહીં અને સામાન્ય તંદુરસ્તી હશે તે કરતાં સારી તંદુરસ્તી રહેશે. મારા ઇલાજ પ્રમાણે રક્તપિત્ત ઉડતો નથી. તબીબો તો રક્તપિત્તવાળા દરદીને એક ઓરડામાં ખૂરી મૂકે છે અને તેમ કરીને તે ઓરડાની હવા બગાડી મૂકે છે અને એ બગેડેલી હવા દરદીના શ્વાસમાં જાય છે ત્યારે દરદીને વધારે પીડા થાય છે. વળી તેથી તે રોગ ઉડે પણ છે કારણ કે ત્યાં જંતુઓ ઉત્પન્ન થાય છે.

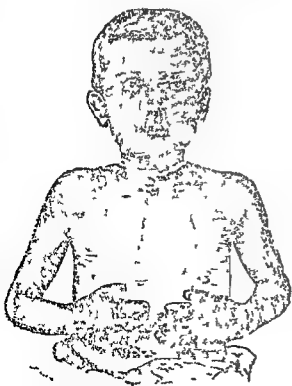
રક્તપિત્ત અને એવા ખીજા રોગો સામે લડવા માટે પહેલાં તો શરીરમાનો ક્યારે કાઢી નાખવો જોઈએ. નકામો ક્યારે વધવા સાથે અંદરની ગરમી વધવાથી રક્તપિત્ત જેવાં દરદો થાય છે. અહિં જોઈને રોગ ખરબચવાની મારી વિદ્યા મુજબ આ દરદ ધણું અગાઉથી માલમ પડે છે. કુદરતે આપેલી પ્રેરણા શક્તિથી આપણે પહેલેથી ચેતી શકીએ છીએ.

રક્તપિત્તવાળા ત્રણ છોકરા મારી સારવાર હેઠળ આવ્યા હતા. તેમની ઉંમર અનુક્રમે ૯, ૧૩ અને ૧૫ વર્ષની હતી. આ બધાની હાલત બહુજ ગંભીર હતી. હાથનાં આંગળાં ખીજા સાધા સુધી ખરી ગયાં હતાં-ખવાઈ ગયા હતાં અને ખીજા સાધા પણ ખરી જવાની-ખવાઈ જવાની-તૈયારીમાં હતા. બે જણના પગના આંગળાં પણ ખરી જવાની તૈયારીમાં હતાં. આ ત્રણે છોકરાઓમાં વધારાનો ક્યારે પુષ્કળ જથ્થામાં હતો અને કેટલેક ઠેકાણે કોહોવાટ છેક હાડકાં સુધી પહોંચ્યો હતો અને હાથ પગ શુન્ય-મહેર-મારી ગયા હતા. તબીબોએ સેલા ધોવા ધોવાને શરીરમાં કાણુ પાડ્યા હતાં. બાપડાઓની હાલત એવી તો કડંગી અને દયા ઉપજાવે એવી હતી કે હરકોઈ માણસ તેમને જોઈને કમકમમને બદલે દયા ખાતું આપ્યું તેઓ મારી પામે આવ્યા અને મેં દિવસમાં બપોળે ચાર સીટસ-પાંચ આપવા મંડવા. તે ઉપરાંત હમેશા ક્રીકશન-હીપ-બાથ પણ આપતો. સાથે સાથે કુદરતી ખોરાક અને ખુશી હવા આપતો. શરૂઆતમાં તો શરીર બહુ ગંધાવા લાગ્યું કારણ કે અંદરનો ક્યારે બહાર નીકળવા લાગ્યો હતો અને ખરાબ ગંધ બાથ લેતી વખતે નીકળતી હતી. મહાવરે યોગ્યની

આકૃતિ નં. ૧૭



આકૃતિ નં. ૧૮



રોટલી અને ચોપ્રક એપસ, બપોરે દાગ ચોખા અને શાક અને સાને તદ્દન હવડે ખોગા. પીવા માટે માત્ર ચોખું તાણું પાણી આપતો. પખવાડીયા પછી શરીરમા પોલા કાચું માથી વહેતું પર બંધ પડ્યું, હાથ પગ અને આગળા પાનગા થવા લાગ્યા. માગ ધલાને માનુ રાખ્યા થી બધો કચરો પેટ તરફ હડવા લાગ્યો અને દરદીઓ હાથ પગ હલાવી ચડ્યા. એક છોકરાએ તો એક મહીનામા બુટ પથુ પહેરવા માડ્યા અને તેના બહેર મારી ગયેલા-સુનકાર ચર્મ ગયેલા અવધવામા ભાનની લાગણી થવા લાગી. કારણ એટલુંજ કે પાચનશક્તિ સુધરી હતી કારણ કે તેઓ મારી પામે આખ્યા ત્યારે તેમને ભુખ પથુ લાગતી નહોતી અને આખ્યા પછી એક અડનાડીયામા સારી રીતે ખાવા માડ્યું. દિનસે દિનસે મારા ધલાનેથી તેમા કાપડો જથ્થોતો ગયો.

આકૃતિ નં. ૧૯



કરમ પડવા, શરીરમાંના ચરમીયાં, જીવડાં, જંતુઓ, આંતરડાંનું ઉતરી પડવું, સારણુ ગાંઠ વગેરે

તખીઓ કહે છે કે સ્થાપિત સારો ચાયજ નહીં પણ ઉપર જોઈું તેમ મારી રૂઢીથી તે સાને યઈ શકે છે. હું વળી પાછો કહીશ કે આગળ મેં જણાવેલા રોગોમાં મૂળ કારણ એકજ છે તેમ આ રોગમાં પણ મૂળ કારણ એકજ અને શરીરમાં શક્તિ હોય અને અવ્યવસ્થા હોય એક બગડી ગયા નહીં હોય તો આ દરદ પાછું હકાલી શકાય છે.

કરમ પડવા, શરીરમાંના ચરમીયાં, જીવડાં, જંતુઓ અને આંતરડાંનું ઉતરી પડવું (સારણુ ગાંઠ) વિગેરે.

ઉપલાં બધાં દરદો એકજ કારણથી થાય છે અને મારા લાગ્યા ધંધા દરમીયાન મને માલૂમ પડ્યું છે કે તેનો ઇલાજ પણ એકજ છે. ઇલાજ જાણવા પહેલાં દરદો કેમ થાય છે તે પણ જાણવું જોઈએ. વર્ષત ઋતુમાં એકાદ ગરમ દિવસ હોય છે ત્યારે ઝાડ ઉપર અમૃતજીવ જીવડાં જાય છે અને તે જીવડાં પાંદડાનો નાશ કરે છે અને રાત્રે ઠંડી પડે છે ત્યારે જીવડાં નાશ પામે છે. આપો બનાવ શરીરમાં પણ બને છે. શરીરમાં કરમ, જીવડાં, જીવ વિગેરેને ખાવાનો ખોરાક મળે છે ત્યાં એકાં થાય છે અને શરીરમાં ક્યારે વધી જાય ત્યારે જ આવું બને છે. આ જીવડાંની પ્રકૃતિ એવી હોય છે કે જ્યાં ગરમી વધારે લાગે છે ત્યાં તેઓ એકાં થાય છે, માટે ગરમી ઝોડી કરવી અને સાથે સાથે શરીરનો ક્યારે પણ ધટાડવો.

વાંચનાર આગળ જોઈ ગયા છે તેમ ગરમી ધટાડવા માટે ઠંડકવાળા ખાદ્ય અને સાદા ખોરાકની જરૂર છે. જેવું દરદ તેવા ઇલાજ. સપળા દરદનું મૂળ કારણ તો એકજ હોય છે અને મારા ઠંડા ખાદ્ય અને સાદા ખોરાક એ જીવડાંઓનો નાશ કરે છે. એક ગૃહસ્થના પેટમાં કરમ પડ્યા હતા જેથી તેની પાચનશક્તિ બગડી ગઈ હતી જેથી તેવું શરીર ધસાવું જરૂર હતું. આમને આમ તેણે ચાલવા દીધું હોત તો જરૂર તે મરણ પામત પણ મારા ઇલાજથી, બે મહીનામાં કરમનું જોર ધટી ગયું અને તંદુરસ્તી બહુ સુધરી ગઈ. અંદરની ગરમી અને ક્યારે બહાર કાઢવામાં આવ્યાં ત્યારે જ કરમ બંધ પડ્યા. ક્રીકશન-હીપ-આથ અને પરસેવો છુટવાના ઇલાજથી ધણો ફાયદો થાય છે.

૧૭ વર્ષના એક છોકરાના પેટમાં જંતુ પડ્યા હતા. ઘણી ઘણી ઈસ્પીતાઓમાં તે જઈ આવ્યો પણ તખીઓએ કશું કે તાગ રોગની કશી દવા નહીં. તેના હાથ પગ સુજ ગયા હતા. એક પ્રેક્ષકે તેને મરકરીમાં કશું કે છું ડો. કુન્દે પાસે જ. આ મરકરીને ખરી માનીને મારી પાસે આવ્યો અને પોતાના દુઃખની હકીકત મને જણાવી. મેં તરતજ પરખી લીધું કે તેની પાચનશક્તિ બગડી ગઈ છે જેથી જીવડાં અચૂક કેડાણે એકાં મળીને ફેલી ખાય છે. જે જગ્યાએ જીવડાં એકાં મળ્યાં હતા ત્યાં જરૂર કાઢ ક્યારે હોવો જોઈએ કારણ કે ક્યારે વગર તેઓ એકાં થાય નહીં. મેં તો ક્રીકશન-હીપ-આથ અને સીટસ-આથ આપવા માંડ્યાં અને વચમાં વચમાં સ્ટીમ-આથ પણ આપતો ગયો જેથી પાચનશક્તિ સુધરી. સ્કેબીસ યંત્રવડે જોઈું તો ચોથે આવાડીએ. “વળાના પોરા” Scabies એક જાતના જંતુઓ છુટા પડવા માડ્યા અને દુદીનો બહારનો દેખાવ પણ સુધર્યો. જે ઉપાયો દરેક દરદ ઉપર હું અજમાવું છું તે ઉપાયો આ કેસમાં પણ મેં અજમાવ્યા અને દાનરોથી સાંકું નહીં થયેલું. આ જીવડાં દરદ પણ મારી રૂઢીથી સુધરી ગયું.

અંતરગળ—Intestinal Hernia—સારણગાંઠ—પેટમાં કચરો જામ્યાથી આંતરડાં ખેંચાવાથી આ દરદ થાય છે. આંતરડાંને રહેજ પશુ નડતર નડે છે ત્યારે અંદરનું દબાણ બહુ થાય છે અને આંતરડું ક્યાંથી ટુટે છે તે શોધવું મુશ્કેલ છે. મારી શોધ પ્રમાણે તો કારણ તો એક જ છે અને મારા ઇલાજોથી અંતરગળ મુધરી શકે છે. તેને માટે જંતર બાધવાની જરૂર પડતી નથી. વધારાનો કચરો જેમ વધારે તેમ અંતરગળ સખત થાય છે અને સખત અંતરગળનો ઇલાજ પશુ સખત અને લાંબો વખત સુધી કરવો પડે છે. ફરી ફરીને હું કહું છું કે શરીરમાં જેટલા પ્રમાણમાં કચરો જામ્યો હોય તે પ્રમાણમાં દરેક દરદનો ઇલાજ થઈ શકે છે અને યુવાન માણસોને મારા ઇલાજો જલદી લાગુ પડે છે.

નાસુર, માંસનું ડુલડું.

નાસુરનું દરદ કાંઈ બહારની અસરોને લીધે થતું નથી. તેનું કારણ તો શરીરની અંદરના નાશ પામતા તંતુઓને લગતું છે. જેમ જલંદર અને રક્તપિત બીજા રોગો થવાથી થાય છે તેમ નાસુર પણ બીજા રોગો થઈ ગયા પછી છેવટેનો ઉભરો કાઢતા પદાર્થમાંથી થાય છે. ખરાબ ચાલચલગતથી પુરૂષ અને સ્ત્રીઓને ચેપી દરદો થાય છે અને વખતે તેમાંથી ક્ષય પણ થાય છે. તે પછી તેમાંથી નાસુરનું દરદ પણ થાય છે. જે મૂળ બાબત છે તે એક કે શરીરમાં વધારાનો કચરો એકઠો થઈને બહાર નીકળવા માટે છે, ત્યારે ગુમડાં, મંથી, બગંદર, ચાંદા વિગેરે થાય છે. ચહેરા નેધને રોગ પારખવાની મારી વિદ્યા જેઓ ખરાબર સમજે છે તેઓ તો ઘણા વખત અગાઉથી બવિષ્ય લાખે છે કે અમુક દરદોને અમુક મુદત પછી નાસુરનું દરદ થશે. ચક્ષુઆતમાં ગરદન ઉપર ગુમડાં, ગાંઠો, ઢેફા, ચક્તો વિગેરે થાય છે જે ખતાવી આપે છે કે પેટમાં લોહીની ગાંઠો બાઝી ગઈ છે અને તે ગાંઠો પાચનશક્તિને બગાડી મૂકે છે, પેટનો કચરો બહાર નીકળી શકતો નથી. નાસુરના જે જે દરદોનો મારી પાસે આવ્યા છે તે ઉપરથી મને ખાલમ પડ્યું છે કે એવા દરદોઓની પાચનશક્તિ હદ બહારની ખરાબ થઈ ગઈ હતી. કેટલાક દરદોઓ ઉપરા ઉપર જીભાખ લે છે. ગોળાઓના જીભાખથી તો દરદીનું ક્ષય અને નાસુર વધે છે. ચોડા વખત તો આ બધું નરમગરમ રીતે હોજરી નમાવી લે છે પણ પાછળથી આવી દવાઓની ખરાબ અસર થાય છે. અકુદરતની રહેણી દરણીથી નાસુર થાય છે. અનિયમિત અગર હદ ઉપરાંતનો ખોરાક, દારૂ જેવા વ્યસનો, દવાઓ વિગેરે આ રોગને વધારી મૂકે છે. તખીઓ નાસુરની ગાંઠો કાપી નાખે છે અગર બાળી નાખે છે પણ રોગનું મૂળ કારણ શોધતા નથી. ગુમડાંને કાપવાથી કે ચીરવાથી તો નવાં ગુમડાં થાય છે અને ત્યારે તેઓ વિચારમાં પડે છે કે નવાં ગુમડાં કેમ થાય છે.

નાસુરના ગુમડાં સાથે બીજાં કેટલાક અસલ દુઃખો થાય છે અને દરદીને દુઃખ થતું દાખી દેવા તખીઓ મોસરીયા અગર અપીણની બીજી બનાવટો આપે છે. આથી ક્ષણિક આરામ મળે છે પણ પરિણામે આખી હોજરીમાં અને શરીરના તમામ યાનતંતુઓ ઉપર મહી અસર થાય છે. મારી ફરી મુજબના બાય વિગેરે લેવાથી દરદ નાશ પામે છે અને શરીરમાં કે હોજરીમાં ઝેરી દવાઓ નાખી પડતી નથી. હોજરીમાં એક વખત ઝેર નાંખ્યું

તો પછી તેને વારંવાર તે ઝેર, હેવાની ટેવ પડે છે અને ત્યારેજ એન પડે છે. દવાઓથી દરદો અટકાવવાથી અંદર પાકે પડે છે અને નકમો પદાર્થ તેમને વધારે ને વધારે રસવાળો બનાવે છે.

કેન્સર—નાસુરનો ઉપાય કેમ કરવો તે હું હવે જણાવીશ. નાસુરના દરદ વખતે તે કેટલું અને ક્યા થાય છે તેની કશી અસર પ્રથમ જણાતી નથી. તે જીમ ઉપર થાય અને છાતીમાં પણ થાય અને વળી પેટમાં કે કાઠી બીજે સ્થળે પણ થાય. આ બધા માટે ઇલાજ તો એકજ છે. દરદીમાં જેટલો કચરો હોય તેટલો ગરમ બનીને શરીરના એક અગર બીજા ભાગમાં જશે. જેમને કેન્સર—નાસુર હોય છે તેમના મારા ઇલાજને ક્યાંથી, જે દરદો અગાઉ દાખી દેવામાં આવ્યાં હોય છે તે પાછા ઉમરાઈ આવે છે એટલે દરદની સામે ટકી શકવાની દરદીમાં શક્તિ હોય છે તોજ, તેઓ એકદમ સાજા થઈ શકે છે. જેમની પાચનશક્તિ મારા પ્રયોગો કરતી વખતે સારી હાવતમાં હશે તેમના કેન્સરનો ઇલાજ ઝડપથી થશે. આ રોગ જલંદર અને ક્ષય જેવો જ ભયંકર છે માટે મારા ઇલાજને બહુજ ધિરજથી અને ખંતથી કરવાના છે.

૫૦ વર્ષની ઉમરના એક પુરુષના નાકમાં નાસુર થયું હતું અને તેના નાકમાં તળીં-બોલો અનેક દવાઓ નાખી હતી જેથી નાક વધારે ને વધારે ખરાબ થયું હતું. જેમ ઝાડ ખરાબ થઈ ગયું તેનાં ડાળી ડાળખાં કાપી નાખવાથી કાંઈ મેળવી શકાતું નથી અને તે ઝાડ ધિમે ધિમે સડી જાય છે ત્યારેજ તેનું ખંડ કાઢવું જાણ્યું પડે છે, તેજ પ્રમાણે આપણા શરીરમાં પણ છે. રોગ અગાઉથી પરખાય તો ધણેજ કાયદો થાય. મારા પાસે આવેલા આ દરદીની પાચનશક્તિ છેક જ બગડી ગઈ હતી અને તેની એ હાલત ઉપર ધ્યાન આપવાને બદલે દાકતરો તો ફક્ત નાકનેજ ઉપાય ક્યાં કરતા હતા. તેમને અહેરો જોઈને રોગ ખારખવાના મારાં શાસ્ત્રની સ્હેજ પણ ખબર હોત તો તેઓ તરતજ નાક ઉપરથી પેટમાં ફેટલોક કચરો એકઠો થયો હતા તે જાણવાને શક્તિવાન થાત. આ દરદીનું નાક અને ઉપરનો હોઠ એ બન્ને તદ્દન ખવાઈ ગયા હતા અને ચામડી પણ મુકી અને મુરદાસ થઈ ગયેલી જણાતી હતી. તેને બેહદ અશુર્ચુ થયું હતું અને પેસામ પણ નિયમિત થતો નહોતો તો-પણ આ દરદીના શરીરમાં શક્તિ હતી એટલે મારા ઉપાયો જલદી લાગુ પડ્યા. ચાર મહીના સુધી ઉપાયો ક્યાં પછી તેની પાચનશક્તિ મુધસ્વા લાગી અને તેની સાથેજ ચામડીનો રંગ મુધરતો ગયો. થોડા વખતમાં નાક અને ઉપરનો હોઠ પણ સુધર્યા. મેં જે ઉપાયો શરૂ કર્યા હતા તેમાં મુકો, સાદો અને હલકો ખોરાક, ક્રીકશન—હીપ અને સીટમ—માથ અને અકેવાડીયામાં એક વખત સ્ટીમ માથ બહુ દુઃખ થતું ત્યારે બમે કલાકે બાથ આપતો. આથી દરદીને બહુજ આરામ થવા લાગ્યો. બે દિવસમાં તો અંદરનો સોજો ક્રીકશન—સીટસ—માથને લીધે ઉતરવા લાગ્યો. દુઃખ બહુ થતું ત્યારે હું દીલાસો આપતો કે હવે તેને જલદી આરામ થશે. આથી તેને ધિરજ વળી અને શાન્તિથી મારા ઉપાયો કરવા લાગ્યો. વધુ વખત બાથ લેવા માંડ્યા અને આખરે આરામ થયો. સારવાર કરવામાં આવતી હતી ત્યારે મૃતપ્રાણની જે ફરીવાદ દગ્દી કરતો હતો તે ઉમરી આવી હતી અને અગાઉ તેને ગુપ્ત રોગ થયેલો તે પણ થોડાક રૂપાતરમાં પાછો ઉમરાઈ આવ્યો હતો તબીબોએ આ રોગનો ઇલાજ કરીને તેને દયાની દીધો હતો એટલે તે રોગલું મૂળ તોળ્યું નહોતું. અને તેથીજ નાકમાં નાસુર પડ્યું હતું.

તેના નાકમાંથી પણ વહેતું હતું ત્યારે તેની ગંધ તેણે પહેલાં જે દવા ખાધી હતી તેને મળતી આવતી હતી અને તે બતાવી આપે છે કે જે કોઈ દવા આપણે આપણે છીએ તેના ઉપર શરીરની અંદરનો રસ પણ ખાધી દે છે અને તેના ગાંગડા બાજે છે. હાઈ-ટ્રોપથીની સારવાર કરીએ છીએ ત્યારે એ ગાંગડાઓનો રસ થાય છે અને તે રસ હોમ-રીમાંથી બહાર નીકળે છે. આ ઉપરથી જોઈ શકાય છે કે ખરો ઉપાય થતાં ઘણાં વખત લાગે છે અને ખાધેલી દવાદાર વિગેરે બહાર નીકળવા માંડે છે ત્યારે દરદીને બહુ દુઃખ થાય છે. મારા આ દરદીના સંબંધમાં પણ એમજ બન્યું હતું. તેને આ બધી ખાતરી થતાં તે છેવટ સુધી મારા ઇલાજોનેજ વળગી રહ્યાં એટલે તેનું દરદ નાશ્યું થયું.

ક્રીકશન-સીટસ-બાથ વખતે જ્યાં આગળ તે આપવામાં આવે છે ત્યાંના ભાગ કાંઈ બધા દરદીઓનો મુશ્કેલી આવતો નથી. આવો સોજો તો માત્ર અમુક આધારમાં અને ખાસ કેસોમાં જ જણાય છે. વધારાનો કચરો સહેલાઈથી બહાર નીકળી જાય તો સોજો કદિ પણ થશે નહીં. કેટલાક દરદીઓ એ થી ત્રણ કલાક સુધી એવા બાથ લે છે છતાં તેમને કાંઈ પણ થતું નથી, જ્યારે કેટલાક દરદીઓને તેમનો આલુ રોગ અને આગલાં દરદો બહુજ સમ્ર આધારમાં ઉભરાઈ આવે છે અને સોજા આવે જાય છે. વળી અંદરનો સોજો નીચે ઉતરતો ત્યારે જે રીતે બાથ દરમીયાન સોજો ચડ્યો હતો તેમ બાથ દરમીયાનજ તે નરમ પડી ગયો હતો. કેટલીકવાર જ્યાં ક્રીકશન કરીએ છીએ ત્યારથી જરા દૂર ઝીણી થંધીએ થાય છે જ્યાંથી પરફે વધારાનો કચરો બહાર નીકળી જાય છે. આ કાંઈ ધસારાને લીધે બહાર નીકળતું નથી પણ એ તો શરીરની અંદરનો કોહોવાટ શરીરમાં વધારે ગરમ થવાથી આવ્યા સ્વરૂપમાં બહાર નીકળી આવે છે. આ પણ નીકળી જશે ત્યારેજ શરીરને આરામ થશે. દરદીઓને ઘર આગળ આ પ્રમાણે સોજો ચડીને પણ નીકળે ત્યારે ગમરાયું નહીં તે વખતે તો એમજ સમજવું કે કરવા માટેનો ઇલાજ વધારે કાર્યસાધક નીવડતો જાય છે. નાસુરના બનાવોમાં બને છે તેમ અંદરનો સોજો સમ્ર થઈ જાય છે ત્યારે ધસારા-ક્રીકશન આગળ જે સોજો થાય છે તે વળી વધારે ખરાબ હોય છે. આ વખતે તે સોજા કે ગુમરાં ઉપર દરદીએ બીતું કપડું વીંટાળવું.

એક સ્ત્રીનું છાતીનું નાસુર થયું હતું. તેના હાથા ચાન (સ્તન) ઉપર વાલકાપ પણ કરવામાં આવ્યું હતું. અને પાછળથી જમણા ઉપર નાસુર થયું અને આ પ્રમાણેની વાલકાપ એક એવા ડાક્ટરેજ કરી હતી જે ડાક્ટરે શહેનસાદ ફેકરીની સારવાર કરી હતી. આ વાલકાપની અસર બર્થ નીવડી. આ બાધને હાથી બાજુએ શસ્ત્રક્રિયા કરી એટલે જમણી બાજુએ દરદ થયું એટલે દાક્ટરોએ તો બીજી બાજુએ પાંચે શસ્ત્રપ્રયોગ કરવાનું કહ્યું પણ તે વખતે આ બાધ એટલી તો નખળી થઈ ગઈ હતી કે તેણીને બચવું મુશ્કેલ હતું એમ તે ડાક્ટરે તેને જણાવી પણ દીધું. આ પ્રમાણે બીજીવાર શસ્ત્રક્રિયા કરાવે તો જીવથી જાય એવી દગા હતી એટલે જે બાધ મારી પાસે આવી. જોતા જોત મને તો માલુમ પડી આવ્યું કે હાથા ચાનથી તે બગલ સુધી તેને કેટલાક ગુમરાં થયાં હતાં અને પેટમાં પણ મોટી ગાંઠો બાજી હતી. પાચનશક્તિ પણ છેક બગડી ગઈ હતી. તેને જે કચરો નીકળતો અને જે મળ તે પણ કાળો અને પેસીઓ-ગેરંડા-વળી ગમેશે હતો. પેસાળ પણ બહુ યોડાજ થતો હતો. માથું તો કાયમ દુઃખાજ કરે. રોગ ઇલાજ કરે કર્યાં એટલે

સૌથી પહેલું માયું 'હુખતું' મટી ગયું, પાચનશક્તિ ધીમે ધીમે સુધરવા લાગી અને રોગ રોગ બાથમાં વધારો કરવામાં આવ્યો. પ્રથમ દેહ મહીના સુધી તેણીને આ સારવાર બહુ સખ લાગી કારણકે ઔપરેશન-શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં આવી હતી ત્યાં એક મોટું પાકું ઉંઘું હતું અને કાપ-છેદ-નાનો સુનો નહીં પણ ૧૫ ઈંચ જેટલો હતો. કાપા થાન ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરી એટલે દરદ ગયું. જમણા થાનમાં અને નાસુર ચતાં પહેલાં દરદે થાનથી તે બગલ સુધી એક મોટાં ગુમધનું સ્વરૂપ ધારણ કર્યું. મારા ઈલાજથી એકઠો થયેલો કચરો જમણા થાનમાંથી કાપા થાનમાં પાછો ફર્યો અને તેજ બતાવે છે કે દવાદાર કરતાં શસ્ત્રપ્રયોગ વળી વધારે અકુદરતી છે અને તેનો પુરાવો આ કેસ ઉપરથી મળી આવે છે. મારી રૂઢી એવી શસ્ત્રક્રિયાઓ અને દવાદારથી તદ્દન નીરાળી છે. બાય લેતાં પહેલાં તો દરદ ધણું થતું પણ પાછળથી આરામ થતો ગયો. ધસારા-ક્રીકશનની જગ્યાએ તેણીને સોજો ચડ્યો જે બતાવી આપતો હતો કે અંદર થયેલો સોજો હવે બહાર નીકળે છે. બગલ અને થાનમાં પાકાં થયાં હતાં તેનું બધું દરદ નાબી આગળ ઉતરવા માડ્યું. આ દરદીને શરૂઆતના બે મહીના ચોખ્ખાની રોટલી અને ફળ ઉપર રાખી અને ત્રણ મહીના બાય ચાલું રાખ્યા એટલે છાતી ઉપર જે દોષ્ટા અને ચામડાં ફાટતાં હતા તે રૂઝવા લાગ્યાં.

ઉપર મુજબ મેં જીભ અને ગળામાં ચતાં નાસુર પણ સાબી કર્યા છે. ગળાંતું નાસુર નરમ પડતાં અંદરથી પડ નીકળ્યું હતું અને ત્યારેજ દરદી વગર દરદે ખાંધ પી શકતો હતો. જીભના નાસુર વાળાને ક્રીકશન બાય આપ્યા પછી ઉપર બાહેધ કાળું પડ દૂર થયું હતું અને ત્યાં આગળનાં પાકાં-ચાદાં-જલદી નાગ પાખાં હતાં.

આ બધા કેસોમાં સૌથી ભયંકર તો પેટમાં લોહી બાગી જવાથી પાકું થાય છે, તે દરદ છે. આ કેસમાં દરદી સખત ખોરાક તદ્દન બંધ કરે ત્યારે માડો પીગળી લોહી છુટું પડીને દરદ મટે છે પણ ખીલું દુઃખ એ છેક પ્રવાહી ખોરાક લેવાથી અંતરડાં બરાબર સાક થતાં નથી અને તેથી આ રોગ જડખળથી સાજો થવો મુશ્કેલ છે.

જ્યારે ગળું અને શ્વાસ ઈંધાઈ જાય છે ત્યારે પણ ક્રીકશન-સીટસ-બાયની અસર બહુ સારી થાય છે. જે કોઇ એવા દરદીઓની મેં સારવાર કરી છે તેમના તાવ થોડીજ પળોમાં દૂર થયો છે. ગળામાં પાકું થાય છે અને તેનું પડ ગળાંની નળાંમાં ઉતરે છે ત્યારે શ્વાસ ઈંધાઈ જાય છે જસુ ક્રીકશન બાયથી તે ભય દૂર થાય છે. કંઈમાગ વખતે પણ એવીજ રીતે શ્વાસ ઈંધાઈ જાય છે ત્યારે તખીનો શસ્ત્રક્રિયા કરે છે અથવા રસી મૂકે છે પણ તે સો બર્થ છે કે જે આપણને ઇસ્પીતાલના હેવાલો ઉપરથી મામૂમ પડે છે. મારા ક્રીકશન બાયોજ એવા દરદીઓ માટે ઘણા ઉપયોગના થઈ પડે છે.

માંસનું સુજતું—શરીરના જે ભાગોને ઇન્ન થઈ હોય છે ત્યાં માંસ મુજબ જાય છે પણ તે કાંઈ નાસુર જેવું ખરાબ દરદ નથી. વળી એ રોગ બેઢેલો સારો થઈ શકે છે કારણકે એ વધારાનાં માંસને પડ અને લોહીમાં ફેરવી નાખી શકાય છે અને એ પ્રમાણે ત્યાંનો વધારાનો કચરો શરીરમાંથી બહાર નીકળી જાય છે.

ત્રીશ વર્ષની એક સ્ત્રીની એક આંગળી બગડી હતી અને તેના છેડા ઉપરના માંસને સોજો ચડ્યો હતો. તખીનોએ તે બાગ કાપી નાખ્યો પણ તેથી કાંઈ વળ્યું નહીં અને જે જગ્યાએ શસ્ત્રક્રિયા કરી ત્યાંજ પાછું માંસ પાઝ્યું અને સડવા લાગ્યું. પછી માંસનો મોનો

હાડકામાં ઉતર્યો એટલે તખીમો હાડકું કાપી નાખવાને તૈયાર થયા. તે બાઇ મારી પામે આની એટલે મેં કહ્યું કે એવા ઓપરેશનથી આગળી તો જશે પણ સાથે સામાન્ય વડુ-રસ્તી પણ બગડશે. ખરૂં કાગળ તો માસ વધવાને વગતુજ હતું. તે દારણુ દર થાય તો ઓપરેશન કઢવાની દેશી જરૂર નથી. આથી તેણે મારા ઉપાયો કરવા માડ્યા. મેં તેણીને રોજના ચાઝ ક્રીકેશન બાય અજમાવવાનું કહ્યું અને દરેક બાય અરધો કલાક સુધી લેવાનું જણાવ્યું. ખોરાક પણ સાદો અને હલકો લેવાનું ફરમાવ્યું. પહેલા ચારેક દિવસ ક્રીકેશન બાય લીધા પહેલા આગળી ઉપર ગ્રીમ બાય લેવા જણાવ્યું. આ વખતે તે બાઇ સુવા-વડી હતી જેથી ક્રીકેશન સીટમ બાય લેવા આનાકાની કરી. તે છતાં મન દૃઢ રાખ્યું અને મારા ઉપાય ચાલુ કર્યા. પહેલા બાયની સાથેજ માસનો મોન્ડે ઓછો થવા લાગ્યો અને ત્રીજે દિવસે માસનું પડ થયું. આ પ્રમાણે બાઝેયો રસ છુટી બહાર જવા લાગ્યો અને આ પ્રમાણે માસ તથા હાડકાનો જે ભય હતો તે દૂર થયો અને તેની આગળી ઉપર કાંઈ નિશાની પણ રહેવા પામી નહીં.

Vallabhyee Ramjee.



શ્રી સુખસાગર પુસ્તકાલય.

૬૦૬ અમદાવાદ સુબશાલી પુસ્તકો દેવનાર તથા તેનાર
૭, હા.જ.લી. મસાદ બ.દર ૧૫૬, ૨૦૬.

ભાગ ત્રીજો.

૧૨

જખમ થયા હોય તો દવાઓ અને શસ્ત્ર પ્રયોગ વિના સાજા કેવી રીતે કરવા.

વાદકાપની રહી કાઢી નાખીને જખમો સાજા કેમ કરવા એ વાત કસોતરી બહુ મુશ્કેલ છે શસ્ત્રક્રિયાનું સાધન-સ વાદકાપ વિના ખીણુ કાઢ કહેતુંજ નથી અને લોહ તોજ માની બેઠા છે આપણે સામાન્ય રીતે એમ માનીએ છીએ કે વાદકાપ વગર તો આનેજ નહીં, પણ આ વિચાર ટેલે બોગ છે તે મારી રહી ઉપરથી માલમ પડી આવશે. એવા કસોત્રા એવું પણ માલમ પડશે કે હાલ્ડ્રાપથી-જળોપચાર સાત્ર-ની સાજા કરવાની નહિન બધી છે જખમ પડ્યો હોય કે ખીજા કુદરતી ઉપાયથી ઈજા થઇ હોય તો મારા ઇલાજ નથી દરદ જેટલું વહેતું મેં છે એટલું વહેતું ખીજા કોઈ પણ ઇલાજથી મળતું નથી

મારા ઉપાયથી દુખ થતું એટલુંજ નહીં પણ તેથી દરદ ચોક્કસ સાજું થાય છે અને વળી વખત પણ બહુ ઓછો લાગે છે મારા ઉપાયથી એક પણ દરદી નિરાશ થતો નથી મેડીકલ સાધન-સમા તે શસ્ત્રપ્રયોગથી કાઢા કે ખોડ ગઈ જાય છે ત્યારે મારા ઇલાજોથી કુદરતી આકારજ દુકાયમ રહે છે અને જખમ વાળી જગ્યાએ નિશાની પણ રહેતી નથી

એક ધા થયો કે તરતજ શરીર તો પોતાનો ધર્મ બળવી તેને સાજો કરવાનો પ્રયાસ કરશે જાનત તુઓ ઉશ્કેરાઇ જઇને વધારે લોહી કાઢે છે અને ઈજા પામેની જગ્યાએ ખીજો પદાર્થ લાવી મૂકે છે. આથી તે જગ્યાએ ગરમી વધે છે અને બ્યારે કાર્બ ટીમસુ થાય છે અગર દાઝી જવામ છે ત્યારે દરદ વધે છે જો તે વખતે તરતજ દરદને બધમેસતા ઇલાજો લીધા હોય તે દરદ જલદી સાજા થાય છે

દરદને સાજું કરવાનું પોતાનું કામ શરીર શરૂ કરે છે ત્યારે ઉપલુ દરદ થાય છે અને તે માત્ર હુક મુદતનો તારજ કહેવાય જખમથી આવતો તાવ જૂના પ્રમરનો હોય છે ખીજા રોગ વખતે જે તાવ આવે છે તે તાવ જુદાજ પ્રમરનો હોય છે પડેના તો આ તાવનો અટકાવ કરવો એટલે ધાતુ દરદ ઓછું થશે શરીરની સીંગીમ દરદને સાજું કરવાનું કામ કરે છે તેનો પુરાવો આપના માટેજ તાવ આવે છે. અર્થાત્ તાવ આખા શરીરમા ફેલાય છે ત્યારે ધા પોતે પોતાની મેળે સાજો થાય છે તદુસ્ત આદમીનો ધા બહુ જલદીથી સાજો થશે અને જેના શરીરમા વધારાનો કચરો એકઠો થઇ ગયો હોય છે તેનો રોગ ધીરે ધીરે સાજો થાય છે વધારાનો કચરો ઘેાઘ નાખવો જોઇએ નહીં તો ધાતું દરદ ચાલુ રહે છે ધા પડ્યો હોય છે ત્યાં શરીરની સિંગીમ વધારે ને વધારે લોહી પડે માટે છે એટલે ત્યાં વધારાનો કચરો પણ એકઠો થાય છે અને કચરો બહાર કાઢવાના કુદરતે જેમ કેટલાક માર્ગો કર્યા છે તેમ આ ધા પણ તેજુજ રૂપ ધારણ કરે છે

નનવરોને ધા થાય છે ત્યારે વગર ઇલાજે તે મરી જાય છે. એમ કેમ બને છે તેનો જવાબ આપવા બેસુ છું તો કુદરતના બેદ ભર્યો શોધી કાઢ્યા અને મારી વિધાની

હાડકાંમાં ઉતર્યો એટલે તળીઓ હાડકું કાપી નાખવાને તૈયાર થયા. તે બાઇ મારી પાસે આની એટલે મેં કહ્યું કે એવાં ઓપરેશનથી આગળી તો જરૂરો પણ સાથે સામાન્ય તંદુરસ્તી પણ બગડશે. ખરૂં કારણ તો માસ વધવાને લગતું જ હતું. તે કારણ દૂર થાય તો ઓપરેશન કરવાની કશી જરૂર નથી. આથી તેને મારા ઉપાયો કરવા માડ્યા. મેં તેણીને રોજના ચાર ક્રીકશન બાય અબમાવવાનું કહ્યું અને દરેક બાય અરધા કલાક મુઠી લેવાનું જણાવ્યું. ખોરાક પણ મોટો અને હલકો લેવાનું ફરમાવ્યું. પહેલા ચારેક દિવસ ક્રીકશન બાય લીધા પહેલા આગળી ઉપર સ્ટીમ બાય લેવા જણાવ્યું. આ વખતે તે બાઇ સુવાવડી હતી જેથી ક્રીકશન સીટસ બાય લેવા આનાકાની કરી. તે છતાં મન દૃઢ રાખ્યું અને મારા ઉપાય ચાલુ કર્યા. પહેલા બાયની સાથેજ માસનો સોજો ઓછો થવા લાગ્યો અને ત્રીજે દિવસે માસનું પણ થયું. આ પ્રમાણે બાઝેલો રસ છુટી બહાર જવા લાગ્યો અને આ પ્રમાણે માસ તથા હાડકાનો જે ભય હતો તે દૂર થયો અને તેની આગળી ઉપર કાંઈ નિશાની પણ રહેવા ખામી નહીં.

Vallabhyee Ramjee.



શ્રી સુખસાગર પુસ્તકાલય.

૯૦૬ જાનના સુભરાત્રી પુસ્તકો દિવસનાર ત્યાં લેનાર
 ૧૦ ૭૦ ૧૧૨, ૨૫૨ની મસીદ બ.દર ૧૧૬, મું.મું.મું.

ભાગ ત્રીજો.

જખમ થયા હોય તો દવાઓ અને શસ્ત્ર પ્રયોગ વિના સાજા કેવી રીતે કરવા.

વાદ્ધાપની રૂઢી કાઢી નાખીને જખમો સાજા કેમ કરવા એ વાત હંસાવતી બહુ મુશ્કેલ છે. શસ્ત્રક્રિયાનું સાધનસ વાદ્ધાપ વિના બીજું કંઈ કહેવું જ નથી અને લોકો તેજ માની બેઠા છે. આપણે સામાન્ય રીતે એમ માનીએ છીએ કે વાદ્ધાપ વગર તો આલેજ નહીં, પણ આ વિચાર કેટલો ખોટો છે તે મારી રૂઢી ઉપરથી માલમ પડી આવશે. એવા કેસોમાં એવું પણ માલમ પડશે કે હાઈડ્રોપથી-જળોપચાર શાસ્ત્ર-ની સાજા કરવાની શક્તિ બધી છે. જખમ પડ્યો હોય કે બીજા કુદરતી ઉપાયથી ઈજા થઈ હોય તો મારા ઇલાજ જથી દરદ જેટલું વહેલુ મટે છે એટલું વહેલું બીજા કોણ પણ ઇલાજથી મળતું નથી.

મારા ઉપાયથી દુઃખ થતું એટલું જ નહીં પણ તેથી દરદ યોગ્ય સાજું થાય છે અને વળી વખત પણ બહુ ઓછો લાગે છે. મારા ઉપાયથી એક પણ દરદી નિરાશ થતો નથી. મેડીકલ સાયન્સમાં તો શસ્ત્રપ્રયોગથી કાઢા કે ખોડ રૂઢી જાય છે ત્યારે મારા ઇલાજથી કુદરતી આકારજ દુઃખમ રહે છે અને જખમ વાળી જગ્યાએ નિશાની પણ રહેતી નથી.

એક ધા થયો કે તરતજ શરીર તો પોતાનો ધર્મ બજાવી તેને સાજા કરવાનો પ્રયાસ કરશે. જ્ઞાનતંત્રીઓ ઉશ્કેરાઈ જઈને વધારે લોહી કાઢે છે અને ઈજા પામેલી જગ્યાએ બીજા પ્રદાર્ય લાવી મૂકે છે. આથી તે જગ્યાએ ગરમી વધે છે અને જ્યારે કાઈ ટીમચું થાય છે અગર દાઝી જવાય છે ત્યારે દરદ વધે છે. જો તે વખતે તરતજ દરદને અંધમેસતા ઇલાજથી લીધા હોય તે દરદ જલદી સાજા થાય છે.

દરદને સાજું કરવાનું પોતાનું કામ સગીર શરૂ કરે છે ત્યારે ઉપરું દરદ થાય છે અને તે માત્ર હુંક મુદતનો તાવજ કહેવાય. જખમથી આવતો તાવ જુદાજ પ્રકારનો હોય છે, બીજા રોગ વખતે જે તાવ આવે છે તે તાવ જુદાજ પ્રકારનો હોય છે. પહેલા તો આ તાવનો અટકાવ કરવો એટલે ધાનું દરદ ઓછું થશે. શરીરની સીસ્ટીમ દરદને સાજું કરવાનું કામ કરે છે તેનો પુરાવો આપવા માટેજ તાવ આવે છે. અત્રિ તાર આખા શરીરમાં ફેલાય છે ત્યારે ધા પોતે પોતાની બેળે સાજા થાય છે. તંદુરસ્ત આદમીનો ધા બહુ જલદીથી સાજા થશે અને જેના શરીરમાં વધારાનો ક્યરો એકઠો થઈ ગયો હોય છે તેનો રોગ ધીરે ધીરે સાજા થાય છે. વધારાનો ક્યરો ઘેછ નાખવો જોઈએ નહીં તો ધાનું દરદ ચાલુ રહે છે. ધા પડ્યો હોય છે ત્યાં શરીરની સીસ્ટીમ વધારે ને વધારે લોહી પેડે-આડે છે એટલે ત્યાં વધારાનો ક્યરો પણ એકઠો થાય છે અને ક્યરો બહાર કાઢવાના કુદરતે જખ કેટલાક માર્ગો કર્યા છે તેમ આ ધા પણ તેવુંજ રૂપ ધારણ કરે છે.

જનવરોને ધા થાય છે ત્યારે વગર ઇલાજે તે મરી જાય છે. એમ કેમ બને છે તેનો જવાબ આપવા બેસું છું તો કુદરતના બેદ ભરમો રોધી કાઢ્યા અને માત્રી વિદ્યાની

વધુ શોધખોળ કરવાની મારી જીતાસા વધે છે. પહેલાં હું એમ ધારતો હતો કે માથુસને વાચા છે અને માથુસો પામે સાધનસ અને વિદ્યા પણ છે એટલે તેઓ વહેલાં સાજાં થાય છે અને જનવરો પાસે એમાંનું કંઈ નથી તેથી તેમનો માર્ગ વીકટ થઈ પડે છે પણ એવું તો કંઈ નથી. ઈસ્પીતાઓમાં ધા કે એવાજ બીજાં દરદોથી પીડાતા માથુસો કરતાં એજ દરદોથી પીડાતાં જનવરો વધારે જલદીથી સાજાં થઈ જાય છે.

એક વખતે એક બીલાડી પાંજરામાં સપકાઈ ગઈ અને તેનો જમણો પગ જંગ આગળથી તુટી ગયો અને પાંજરામાંથી છુટવા માટે તે બીલાડીએ જે પછાડીયાં ખાધાં તેથી તેના ધામાં ધુળ અને કેટલાંક કમોદના ફેતરાં પણ પેસી ગયાં. પાંજરામાંથી છુટીને તે બીલાડી કોઈ ખુલ્લી જગ્યામાં ગઈ. સાંજે જાણ્યું કે તે બીલાડી મરી ગઈ પણ એક અડવાડીયાં પછી તે પાછી જોવામાં આવી. તે વખતે તેનો પગ સાંજે થઈ ગયેલો જણાયો. તે દુખળી થઈ ગઈ હતી એટલે મેં ધણું કે તેણે કંઈ ખોરાક લીધો હશે નહીં. સાંજ થયા પછી તે બીલાડીએ ખાવાની લાલચ દેખાડી નહીં અને કાઈ પીધું પણ નહીં. જે ભાગ ઉપર ધા થયેલો તેને તે અમર ટેરી ગણતી અને તેને ચાટયા કરતી અને જેમ જેમ દરદ ઓછું થતું ગયું તેમ તેમ તે વધારે ચાટતી ગઈ. તે ઉપવાસ કરતી હતી તેમ તેમ તેની અંદરન. ગરમીને ઓછો પદાર્થ મળતો હતો જેથી તેની ચાચન શક્તિ બહુ સુધરી ગઈ. અપવાસથી અંદરની ગરમી ખોટી નહોતી પણ ખરી જની જતી અને તેને પરિણામે તેને તરસ લાગતી નહોતી. આ બધું તે બીલાડી પોતાની પ્રેરણાશક્તિથી કરતી હતી.

કેટલાક દિવસ પછી આ બિલાડીને મેં વધારે સુકાયેલી અને દુખળી પડી ગયેલી જોઈ. મેં તેને થોડુંક દુધ આપ્યું કે તેને નવું જોર આપ્યું અને એક મહીનામાં તે હતી તેવી થઈ ગઈ અને તેને ધા પડ્યો હતો ત્યાં માંસનો લોચો બાગી થયેલો જણાયો પણ તેથી તેને હાલવા આલવામાં કશી હરકત નહતી નહી. આવેળ અકસ્માત એક માથુસને થયો હોત તો તરતજ તે વાકાપ કરાવવા માટે દોડી જાત અને પરિણામે તે સદાનો લંગડો થઈ બેસત અગર તો મહીનાઓ સુધી ખાટલામાં પડી રહ્યા પછી આરામ થાત

એક કુતરાને કોઈએ ગોળીઓ મારી હતી જે ગોળીઓ [હરાઓ] ચામડીમાં ડાખી બાજુએ જઈને બેઠી બેઠી હતી. જે ત્રણ છરા તો સોસરા પસાર પણ થઈ ગયા હતા પણ તે છરાઓથી ફેફસાંની નગી અને પેટની પાસગી બાગી નહોતી. જખમ બહુજ દરદ કરતો ત્યારે તે કુતરો ઠંડકવાળી જગ્યામાં જઈને ભરાઈ પેસતો જેથી જખમને ઠંડક લાગવા માંડી અને ગરમી લાગતી કે તે કુતરો જખમને વધારે ખંજવાળતો અને જખમને આખો દિવસ ચાટયા કરતો હતો પણ બોગક તો બિલકુલ લેતો નહોતો. કોઈક વખતે નજીકના ગરા પાસે જઈને થોડુંક પાણી પી આવતો. પાંચ દિવસમાં ધા રૂઝવા માંડ્યો. ગરદન ઉપર છરા લાગેલા પણ ત્યાં ચાટી રાકાતું નહીં એટલે તે જગ્યાનો ધા રૂઝતાં વાર લાગી. આ અકસ્માત થયા પછી એક અડવાડીએ તે કુતરાએ થોડોથોડો ખોરાક ખાવો શરૂ કર્યો.

એક બીજા કુતરાના પગનો આખો પંજો ગાંધ નીચે આવી ગયો હતો જેથી ચામડી ફાટી ગઈ હતી અને હાડકું બાગી ગયું હતું. તેને ઘેર લઈ જવામાં આવ્યો ત્યારે તે એક ખુણામાં જઈને બેઠો અને પોતાનો પગ લાંબો કરી ચાટવા માંડ્યો એવે દિવસે જ કુતરો ખોરાક લેવા લાગ્યો અને તે દરમિયાન જખમ રૂઝાઈ ગયો અને તે હાલીયાવી રાક્યો. ૨૦ દિવસ પછી તો તે તદ્દન સાંજે જણાયો.

ધા—જખમ થાય ત્યારે કુદરતી ઉપાય એજ કે પાણીથી તેને ઠંડો રાખવો અને ખોરાક બિલકુલ ખાવો નહીં અને ખાવો તો સુકોપાકો ચોડોક ખોરાક ખાવો. દાઝનરો તો મરી મથાલાવાળો માંસનો ખોરાક ખાવાની સલાહ આપશે કારણ કે તેઓ એમ માને છે કે તેથી દરદીમાં ચક્રિત આવશે પણ તે તો તદ્દન અકુદરતી છે અને ઘણું નુકશાન કરે છે કારણ કે શરીર જખમનું કદ સહન કરી શકે નહીં તેવામાં શરીરમાં ખોરાક નાંખી નવો બોળો વધારવો તે બહુ ખોટું છે. વળી મેડીકલ સાયન્સ ધાને માટે કાર્બોલીક એસીડ, આયોડીન અને કોકેન વાપરે છે તે ઘણુંજ ખોટું છે. દાઝનરો માણસના શરીરના અંદરના ભાગોનું કેટલું જોઈએ માન ધરાવે છે તે આ ઉપરથી સાબીત થાય છે. હાઈડ્રોપથી-જળો-પચાર=સાયન્સ જાણતા નથી તેઓ સત્યમાર્ગમાંથી દૂર અને દૂર જતા જાય છે.

કપાવાથી, દખાવાથી અને અથડાવાથી થતા જખમો.

કપાવાથી, વડાવાથી, અથડાવાથી અગર બીજાં હરકોઈ કારણથી શરીરમાં જખમ થાય છે કે તરતજ નાની નસો ફાટી જઈને અંદરના દમાણથી લોહી બહાર કાઢે છે અને તેજ વખતે બહારથી સામું દમાણ થાય છે તેથી લોહી વહેતું અટકે છે તેનું કારણ શું છે તે આપણે જોઈએ. આપણે દરેક જણ એક ચોરસ ઈંચે હવાના પંદર સતલ જેટલા દમાણમા રહીએ છીએ. હવે જો અંદરથી એટલુંજ દમાણ નહીં થાય તો આપણે રહી શકીએ નહીં. કુંગર ઉપર ચક્રતાં આ તકાવત આપણને માલમ પડે છે. જેમ ઈંચે જઈએ તેમ હવાનું દમાણ એટલું બધું જોઈએ હોય છે કે મોઢામાંથી લોહી પણ પડે છે કારણકે અંદરનું દમાણ બહુ વધી જાય છે પણ જેવું બહારનું દમાણ યથા થાય છે કે પાછો મામવો ઠંડાણે આવી જાય છે. શરીરમાં જખમ થાય છે કે તરતજ અંદરના દમાણનું જે રક્ષણ છે તે તુટી જાય છે અને તેથી તરતજ લોહી વહેવા માડે છે. જખમ નાનો કે મોટો તેમ લોહી જોઈએ કે વધારે. બનતા સુધી ધાને બાંધવો નહીં કેમકે તેમ કરવાથી લોહી ફરતું અટકે છે અને અ. કુદરતી ઉપાય થાય છે. મોટી ધોરો નસ કપાઈ ગઈ હોય અને તેથી લોહી બહુ જવાથી છાંદગી બપમાં આવી પડે એવું હોય તોજ લોહીને અટકાવવાનો કાંઈ ઉપાય નજીક ના હોય તો પાટો તાણીને બાંધવો ઠીક થઈ પડશે. લોહી વહેવા પડી દરદ થાય છે તેનો પણ તરત અટકાવ કરવો.

પાટો બાંધવો હોય તો બીના કપડાનો બાંધવો કે જેથી લોહીનું અંદરનું દમાણ થતું અટકે. બની શકે તો જખમને ઠંડો પાણીમાં બોળી રાખવો અગર તો જખમ ઉપર પાણી ટપકવા દેવું જેથી દમાણ થતું હશે ત્યાં ઠંડક રહેશે. ધા જેટલો હડો એટલેજ પાટો નાંડો રાખવો. નાના ધા ઉપર ૨,૪,૬ આટા વીંટવા અને ધા ઉપર ૧૫, ૨૦ કે ૨૫ આટા વીંટવા. કપડું બહુ જડું નહીં વાપરવું પણ બને એટલું પાતળું લેવું. તે બાધતી વખતે ધાની આસપાસ એક ઈંચ કરતાં વધારે પાટો જાય નહીં તે જોતા રહેવું. આમ કરવાથી આજુબાજુના ભાગમાં લોહી ફરી શકશે. પાણીનાં પોતાં ઉપર ગરમ કપડાનો કકડો બેપડ વાળેલો રાખવો. પોતાને બોળવા માટે ચોખું કંડું પાણી વાપરવું અને કપડા બીનું બીનું રહેવા દેવું. દરદ વધારે થાય તો ઠંડા પાટાની જરૂર છે એમ માનવું. આંગળાઓ ઉપર સખત કાપ પડ્યા હોય તો તે માત્ર ચોડેજ આંઠાવાળાં પાટાથી રજારો.

વારંવાર પાટા વીંટવા સલાહકારક નથી અને બની શકે ત્યાં કપડાને બદલે માટી વાપરવી. માટીને ખાણીમાં પલાળીને મલમલના કટકા ઉપર પાચરતી અને તે લેપ જળામ ઉપર મૂકી પાટો બાંધવે. આવા પાટા પાકા અને સોજા ઉપર પણ ચાલી શકે. આગકાલ ડાકટરો નવો ઉપાય દે છે. બીના દુકડા અને સુકા ગરમ દુકડા વચ્ચે ઇન્ડીયા રબરનો દુકડો મૂકે છે પણ તેઓ જાણતા નથી કે એમ કરવાથી તો પરસેવો રોકાઈ જાય અને દાંઘ પણ ફાયદો થાય નહીં. આવા ઇલાજથી દૂર રહેવા હું બધા માણસોને બલામણુ છું છું.

ઉપર આપણે જોઇ ગયા તેમ જેવો ધા ચાય કે તરત જ ખોરાક ઓછો કરી નાખવો અને જલદી પચી જાય તેવો હલકો અને થોડો ખોરાક આપવો. મરી મસાલાવાળો ખોરાક બિલકુલ આપવો નહીં. આ ઉપરાંત મારા ફ્રીકશન અને હીપ બાય સાઈ કોમ દે છે. આ બાય લેવાથી જખમના દરદથી આવતો તાવ અટકે છે અને શરીરની શક્તિ ટકી રહે છે અને જખમ જલદી રૂઝાય છે. જેમના શરીરમાં વધારાનો પદાર્થ વધી ગયો હોય તેમના અંગેંધમાં આ બાય ધણી ઉપયોગના થઇ પડશે.

એક કારખાનામાં આળીસ વર્ષની ઉમરના એક મજુરનો કામો હાથ જોળા કરવતથી કપાયો. સુખાગ્રે હાડકું કપાયું નહોતું. તે માણસ તરતજ બેથુદ્ધ થઇ ગયો. ખીજા માણસોએ તેનું પેરણ કાપી નાખીને ધા ઉપર સખત બાંધ્યું એટલે લોહી વહેતું અટક્યું. પછી કંઠ પા-ણીથી બરેલા વાસણમાં હાથ બોળી રાખ્યો. એક કલાકમાં દરદ ઓછું થઈ ગયું. શરૂઆતમાં રાત-દિવસ પાણી રેડવા કરવું પડતું હતું. એયે દિવસે વીસ આઠા વીંટીને મજબુત પાટો બાંધ્યો અને તેના ઉપર ગરમ ઉનનો પાટો બાંધ્યો. અંદરના પાટા ઉપર અરધા અરધા કલાકે કંઠ પાણી રેડવામાં આવતું હતું. એક જખવાડીયામાં જખમ રૂઝાઈ ગયો. ડાકટરો આગળ તે ગયો હોત તો ટાંકા ચારવામાં આવત અને હાથ અસહ્ય હાલતમાં આવી શકત નહીં. આ માણસને જખમ થયો તે દિવસથી દિવસમાં બે બે વખત ફ્રીકશન બાય લેતો હતો અને મહીના દિવસમાં પોતાના કામ ઉપર હાજર થયો હતો. મારી આ સારવારથી જખમની નિશાની પણ રહેવા પામી નહીં. આ દરમિયાન સુધારવાનું કામ શરીર પોતેજ કર્યું હતું અને ધાના છેડા પોતાની બેળે ખરી જઈ નવી ચામડીથી સંધાઈ ગયા હતા. શરૂઆતમાં નસો તુટી જવાથી અંગુઠો બહેરો થઈ ગયો હતો. જેથી તે અંગુઠો કામમાં જ કરી શકતો નહોતો. પણ દક્તોએ સીસ બાય લેવા માલ્યા પછી નસો સંધાઈ ગઈ અને અંગુઠો સાજો થઈ ગયો.

ઉત્તરના પડવા, શરીરના કોઈ ભાગનું ઘુંટાઈ જવું અને અંદર ઇંજા પહોંચવી:—ચામડી છોલકા જાય છે કે શરીરનો કોઈ ભાગ ઘુંટાઈ જાય છે ત્યારે અંદરથી લોહીની ગાંઠ બંધાઈ જાય છે તે વખતે મારા ફ્રીકશન બાયની અસર બહુ મારી થાય છે. એથી અંદરની સીસ્ટમ ઘણી કંડક આપે છે અને ગાંઠતંતુઓને જોર મળે છે. આ બાયથી ઘટતું પરિણામ ના આવે તો દરદવાળી જગ્યાએ સ્ટીમ બાય લેવો પણ તે પછી તો ફ્રીકશન બાય નક્કીજ લેવો જોઈએ. સ્ટીમ બાયથી તમામ કચરો રહેલકથી ધોવાઈ જશે.

એક ઊંઘી ગુંચવાના સાચા કામ કરતી હતી તેવામાં તેની આંગળી સાંચામાં આવી ગઈ જેથી તે ઘુંટાઈ ગઈ અને તેમાં કાણું પડ્યું. ડાકટરો પાસે જતા તેમણે તે દુઃખ ઘટાડવાને બદલે વધારી મૂક્યું. તેમણે તો આઇડેર્મી, કોર્બોલીક એરીડવાળી દવા, અને સેલીસીલીક એસીડ વિગેરે દવાઓ લગાડી અને આગળ વધીને એવો મત પણ આપવો

કે આગળી તો કાપી નાખવી પડશે. ત્રીજે અંકવાડીએ આખો હાથ મુઝા ગયો. પોતાના હાથ કે આગળી કાપી નાખવી પડશે એવી બહીકથી તે મારા પાસે આવી. મેં તેણીને હંડા પાણીના પોતા મૂકી પાટા બાધ્યા અને રોજના બે સીટસ-બાથ અને ક્રોકશન બાથ આપવા માડ્યા. બે કલાકની સાગ્વાર પછી દરદ તદન નરમ પડના માડ્યું. સોજે ઉતરના લાગ્યો અને રંગ બદલાઈ ગયો હતો તે કુદરતી જોવા થયો. આ સારવાર પછી એક મહીનામા તે છોકરી પાછી પોતાના કામકાજ ઉપર જવા માડી. આ પ્રમાણે તે છોકરી દાકતરોના ત્રામથી છુટી અને તેનો હાથ કે આગળી કપાઈ જતા બચ્યા.

આ પ્રમાણે એક સુચારનો રાખો હાથ જન્મ્યા થયો હતો અને આખો હાથ મુઝા ગયો હતો. મારા ઉપાય પછી બે દિવસમાં તેનું દરદ કમિ થયું અને એક પખવાડીયામા તે પોતાને કામે લાગી ગયો. પોતાને અગાડ વિતેલી હાવતથી તેને દાકતરો ઉપર શ્રદ્ધા હતી જ નહી. જોઈએ તે મારા આગળ આવ્યો હતો. અને સારો થયો હતો. આ બધા ઉપરથી માલુમ પડશે કે મારા ઇનાજે ધા, જન્મ, વિગેરે ઉપર પણ કેવા કાર્પસાધક નીવડે છે.

સાચા ઉપર કામ કરતી બે છોકરીઓની આગલી આગળીઓ એટલી વેળા સાંચામા આવી ગઈ અને તેના હાડકા ઇજા પામ્યા. એક છોકરી દાકતર પાસે ગઈ અને બીજી મારી પાસે આવી. દાકતરે તો તે છોકરીને ઓપરેશન કરીને આઈડેફિર્મ લગાડ્યું, તેથી તે થોડાક વખતમા કામે લાગી ગઈ પણ દરદ બહુ થયું. તેની આખી આંગળી બગડી ગઈ. હવાના ફેરફારની પેઠે તેના આગળાને બહુ જ દરદ થતું. આઈડેફિર્મ લગાડેલું ત્યા વધારાનો ક્યારે એકડો થતો હતો.

મારી પાસે આવેલી છોકરીને તો મેં હંડક વાળા પોતા લગાડ્યા અને ક્રોકશન-બાથ આપવા માડ્યો કેમકે તેના શરીરમાં વધારાનો ક્યારે પુરક જન્મ્યો હતો. ત્રીજે દિવસે તો બાજેલું હાડકું પોતાની મેળે ફાટવા લાગ્યું અને છો દિવસે બીજું હાડકું તે હાડકાની જગ્યાએ ઉઠ્યું અને આ છોકરી કુદરતી રીતે સાચા થઈ. ક્યારે ત્યારે કોણ મગ્ન ! ડોક્ટરી વિધા કે કુદરત.

એક માણસને રાખી છુટીમા માસનો લોચો બાઝી ગયો હતો. બે મહીના સુધી તેણે દવાઓ ભરી અને ચોપડી પણ પગ તો નમવો થતો ગયો અને સોજો ચડ્યો. ચાલનો ત્યારે દુઃખવાળો પગ અચાર નવાગ ફરી જતો તેથી ઘણું દરદ થતું. આખરે તે મારા પાસે આવ્યો અને મારા ઇલાજથી પ્રથમ તો તેનો આખો પગ મુઝા ગયો અને ત્રણ દિવસ તો અસલ દુઃખ ખમતું પડ્યું. એથે દિવસે સામાન્ય નમગાઈ અને છુટીનો દુઃખાવો કમિ થયો. ૧૮૭૯ મા થયેલું આ દરદ ૧૮૯૦ મા એટલે ૧૧ મે વર્ષે મારા ઇનાજેથી સાચા થયું.

દાઝવાથી થતાં દરદોઃ—દાઝેલી જગ્યાએ પગ હંડ પાણીના પોતા મૂકવા તે સાગં છે. બને તો દાઝેલો ભાગ ક્યાકો સુધી હંડા પાણીમા બોળી ગમવો. ઝરાના પાણી કરવા નદીનું કે વરસાદનું પાણી વાપરતું તે વધારે સાચું છે. દરદ કમિ થયા પછી બીનાં પોતાં મૂકી પાટો બાધવો અને પાણી રેડવા કરવું. બહુ જ ભયંકર દરદ પણ આ ઇલાજથી નરમ પડે છે. દાઝીને મરી જતા ઘણાં માણસોને મારા ઉપચારોથી જવાની શક્ય છે.

શરીરમા વધારાનો ક્યારે ભરો' તો દાઝવાનું દરદ બહુ ભારે વખતે સાચું થશે.

તે વખતે આખા શરીરે ક્રીડાન બાથ પાડવાની જરૂર છે. મારા ઇલાજ સાધારણ રીતે દર-
દને સુધારવાનો માર્ગ પકડેલો તેમાં મારા બાથ ધણા જ મદદગાર થઈ પડશે.

એક માણસ ત્રણ કેશણે દાઝ્યો હતો અને તેમાં ગરદન ઉપર દાઝેલો ભાગ સૌથી
મોટો હતો. પગ ઉપરનો દાઝ બહુ ઉંડો હતો. દાઝતરથી માત્ર એક જ દિવસમાં કંટાળી
જઈને તેણે કુદરતી ઉપાય લીધા કે જે નેચરશ્રીર સીસ્ટીમને નામે ઓળખાય છે. તેનાથી
પણ કાંઈ ઝાઝો ફાયદો નહીં જણાતાં એક અઠવાડિયાં પછી તે મારી પાસે આવ્યો.
અને મેં જે કલાક સુધી ઈંડા પાટા બાધ્યા ત્યાં તે દરદ ઓછું થયું. પરંતુ અને તેલથી ખર-
ડાયેલા ભાગ સાફ થયા પછી ગરદન ઉપરનો દાઝોડો રૂઝવા લાગ્યો અને પગના ઉંડા ધાને
ખાડો પુગવા લાગ્યો. પાંચ દિવસમાં તે ચાલવા લાગ્યો અને પોતાને કામે વળગ્યો.

ગોળી વાગવાથી થતા જખમોનો ઉપાય:—આ જખમ માટે પણ ઉપદેશ જ
ઈલાજ કામ આવશે. કુદરતી જ્ઞાનની ગેરહાજરીમાં લડાઈ દરમિયાન સીપાહો ઉપર એન્ડી
એપીક—જંતુનાશક દવાઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે પણ તેથી ધણીવાર શરીરના
ભાગો કાપી નાખવા પડે છે. છતાં દરદ તો સાચું થતું નથી. આ પ્રમાણે શરીર સુધારવાને
બદલે માણસને જીંદગીભર અપંગ કરી મૂકવામાં આવે છે. દાકતરો માને છે કે માંસનો
કકડો કાપી કાઢીએ તો દરદ કમિ થાય કેમકે તેમની માન્યતા પ્રમાણે શરીરમાં ગોળી કે
છરાનો રહેજ પણ દુક્ટો રહી જાય તો વધુ અડચણ કયાં વગર રહે નહીં. આજ તેઓની
મોટી ભૂલ છે અને તે ભૂલથી ધણા માણસો માર્યા જાય છે. શસ્ત્રપ્રયોગથી અંદરના
ભાગોમાં ચીકણા પદાર્થો ખાત્રી જાય છે અને તેમાં સોષિત પસાર થાય છે ત્યારે ચીકણાં
ઝીણાં છીદ્રો પડે છે. ગોળી અંદર જવાથી નસો પહેળી થઈ ગયેલી હોય છે અને જખમ
ઉપર લોહી ફરી વળે છે ત્યારે ઇલાજ કરવો બહુ મારે થઈ પડે છે. જે માર્ગે ગોળી મઈ
હોય તેજ માર્ગે પાછી ખેંચી કાઢતી નથી માટે ગોળીને અંદર રહેવા દઈને કુદરતને કામ
કરવા દેવું. ગોળી પાછી ખેંચી કાઢવાથી અંદરના ભાગો ઉપર બહુ મારી અસર થાય છે.
કારણકે ગોળી વાગેલી જગ્યા અને અંદરનો ભાગ સુષુ જાય છે અને ઉપસી આવે છે
તેથી વધુ હેરાનગતી થાય છે. ગોળીને અંદર રહેવા દેવામાં જ ફાયદો છે કારણ કે અંદરથી
કુદરત કામ કરીને ગોળીને વહેલા મોડી બહાર કાઢી નાખશે. અને એટલા માટે જ ગોળી
કાઢી નાખનારો પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી કારણકે શરીર રચના એવી છે કે તે પોતે જ
બહારની ચીજને બહાર કાઢી નાખવા પ્રયત્ન કરે છે.

ગોળી વાગે તે કાઢવી નહીં, માત્ર લોહી જતું અટકાવવું અને અંદરના ભાગમાં
ગરમી થવા દેવી નહીં. દરેક સીપાહે પોતા પાસે મલમલન: અને ફ્લાઝીનના પાટા રાખવા
અને ગોળી લાગતાંજ પાણીમાં ગોળીને તે પાટા બાંધી દેવા. પાણી ન હોય તો બીની મારી,
લીલું ઘાસ કે એવું કાંઈ બાંધી દેવું. આથી અંદરની ગરમી ઓછી થશે. આ પ્રમાણે કરવાથી
વધુ વખત નીકળી જાય, શસ્ત્રવેદ આવે કે જીંદગી જોખમમાં આવી પડે એ બધા બચ
મટી જશે અને જખમીને ઘણો આરામ મળશે. ઓછા ધાયલ થયેલા આ પ્રમાણે વધુ
ધાયલ થયેલાને મદદ કરી શકશે.

૧૮૭૦-૭૧ ની ફેન્કો-જર્મન લડાઈમાંથી મને ઘણા અનુભવ મળ્યો છે. ૧૮૭૦ ની
લડાઈમાં ગોળી વાગેલી એવો એક દરદી ૧૮૮૩ માં મારા પાસે આવ્યો. તેને ફુટી-નાભી-

માં ગોળી વાગી હતી જે પીઠમાં બરડાની કરોડ સુધી પહોંચી હતી. જાંતુનાશક ઉપચારો/ધણી કર્યા પછી જખમ તો રૂઝવેજ નહીં પણ કોઈ કોઈવાર ઉભરાઈ આવતો. દરદીની હાલત બગડી અને હાલી ચાલી શકે નહીં. મેં ચહેરો જોઈને જ દલી દીધું કે નકામો પદાર્થ ઘણો એકઠો થયો છે. મારી સારવારમાં તે આવ્યો કે મેં તે જખમને કાંઈ પણ લગાડ્યું નહીં, પણ ક્રીકશન અને સ્ટીમ બાથ આપવા માંડ્યા, અને ખોરાક તદ્દન હલકો, કરી નાખ્યો. એક અડવાડીયામાં જખમ રૂઝાઈ ગયો. તે પાછો ફરી ઉભરાયો જ નહીં. ૧૫, દિવસમાં તો આ દરદી ખુસ ખુસાલ કરવા લાગ્યો. સાંજે થયા છતાં તેણે મારા ઉપાયો લાગ્યો વખત ચાલુ રાખ્યા અને તે મોતના પંખામાંથી બચી ગયો.

એક સીપાહીની લડાઈ દરમિયાન ધુંટણીની લાકણી ભાગી ગઈ હતી, ઘણા ઉપાયો કર્યા પણ કરો કાપદો થયો નહીં. ૨૦ વર્ષ સુધી ઈલાજ કર્યા અને કુદરતી ઉપચારો પણ અજમાવ્યા પણ કાંઈ વચ્ચું નહીં. મારા પાસે આવ્યો અને મારા ઇલાજથી ધુંટણ ઉપર મોજાને ચડ્યો કારણકે ત્યાંનું દરદ સાઈ થયું નહોતું. મારા ઉપાયો ચાલુ રાખ્યાથી બધું દરદ ઠેકાણે થઈ ગયું અને ધુંટણ વળતો નહોતો, તે વગવા લાગ્યો.

હાડકાંતું ભાગણું:—હાડકું ભાગી જાય છે ત્યારે દાકતરો પ્લાસ્ટર ઓફ પેરીસ વાપરે છે. મારા ઇલાજ મુજબ હાડકાને ઈંડક મળે છે અને આસપાસના ભાગ સજી આવે છે તે પણ ધિમે ધિમે સાંજે થઈ જાય છે. ક્રીકશન બાથ વધુ કામ કરે છે. પાણીથી જેટલું સાઈ થાય છે એટલું પ્લાસ્ટર ઓફ પેરીસથી થતું નથી. ભાગેલું હાડકું પારો બાંધ્યા છતાં પણ ઠેકાણે આવી ન જાય તે હાડકાંની પટીઓ બાધવી તે ઠીક છે. પ્લાસ્ટર તો બિલકુલ મારવું નહીં. જેમણે મારા ઇલાજને અજમાવ્યા છે તેઓ તો બાગેલાં હાડકાં ઠેકાં જલદી સાજાં થાય છે તે જોઈ છદ્ધ થઈ જાય છે.

ત્રીસ વર્ષના એક માણસના જખમના હાથનું ઉપરું હાડકું છુટી ગયું હતું. નેચરક્યોર સીસ્ટીમ—કુદરતથી દરદો સારા કરવાની રીતમાં તેને વિશ્વાસ હોવાથી તેણે તરત જ પાણી અને બાથ લીધા. ડોક્ટરને ખેલાવનાં તેણે તો પ્લાસ્ટર મારવા બસામણ કરી પણ તે સલાહ કાંઈ ધ્યાનમાં નહીં ઉતરી તેથી તે મારી પાસે આવ્યો. મેં ક્રીકશન બાથ અને સાદો ખોરાક આપી તેનું ડુઝ મટાડ્યું. મારા ઇલાજથી ૨૪ કલાકમાં જ તેની અકળામણ બંધ પડી અને મારા ઉપાયો ચાલુ રાખ્યાથી ત્રીજે અઢવાડીયે હાડકું જોડાઈ ગયું.

ગડગુમડ અને ધારાં—એકદમ જખમ થયો, ઝખાઝખીમાં ધા પડ્યો, વિગેરે દરદો જલદીથી સારાં થઈ જાય છે પણ ઠેકાંકાં ખરાબ મુમડા આખા શરીરે થાય છે તે કદિ રૂઝાતાં નથી. કેનસર, ક્ષય, એ બધું શરીરના ક્યારા સિવાય બીલું કાંઈ નથી. દાકતરો એક ઠેકાણે ધા રૂઝે છે તો બીજે ઠેકાણે ઉભરાય છે. મતલબ કે મલમપટાથી કાંઈ વળતું નથી. આવાં દરદોમાં એલોપથી નિરૂપાય છે. એક ઠેકાણે સાલું થયું કે બીજે ઠેકાણે કુટ્યું જ સમજવું. આવાં મુમડાંથી દરદ બહુ થતું નથી પણ મૃતતા ઘણો લાંબો વખત લાગે છે. શરીરમાં લાંબા વખતના રોગ બરાઈ રહ્યો હોય ત્યારે રહી રહીને મુમડાના રૂપે બહાર નીકળે છે. તખીઓ પારો, આયોડીન, પોટાસીયમ, ગ્રોમાઇન, મેલીસીલીક એસીડ, ડીજીટોલીસ, ક્વિનાઇન વિગેરે વાપરે છે, પણ તે બધા મનુષ્ય શરીરના બંધારણને કાતીલ એરૂપ છે, તેથી તો શરીરમાં વધારે ને વધારે જેરી તલો દાખલ થાય છે. સીતળાની રસીનું પણ

એજ પરિણામ સમજવું. આવી રસીયો માણસ જાત વધુ ને વધુ નબળી પડતી જાય છે. તેનાથી શરીરમાંના વધારાનો ક્યારે બહાર નીકળવાને બદલે શરીરમાં જ જતકાઈ રહે છે અને છેવટે ક્ષત્રી પડનાં શુભકાંડના આકારમાં તે બહાર નીકળે છે; એટલુંજ નહીં પણ કેનસર, નાસુર-ચાંદી, વાઈ, ક્ષય, ગાંડપણ, વિગેરે અનેક ખરાબ દરદોને એ ક્યારે જન્મ આપે છે.

આનો ઈલાજ કરતી વખતે તખીબો અનેક જાતના ઝેર શરીરમાં દાખલ કરે છે, રસીઓ મૂકે છે અને દવાઓ અને ગોળીઓનો મારો ચલાવે છે, જે દરદીના શરીરમાં જરૂરપત નહીં થતાં વહેણાં મેલું ખીજ સ્વરૂપમાં બહાર નીકળે છે. આવી દવાઓ અને રસીઓથી શરીરનું કુદરતી કૌવત હરાઈ જાય છે અને થોડા વખતને માટે દુઃખનો બહારનો દેખાવ બંધ પડી તે અંદર કંધાયા કરશે. કાંઈ પણ દરદ માટે આપણે દવા વાપરીએ તે પ્રથમ તો શરીરની શક્તિને નબળી કરી મૂકે છે. શક્તિ ઘટવા સાથે દરદનું જોર ક્રમિ થાય છે પણ શક્તિ આવતાં દરદ બેવડા જોરથી ઉભરાય છે. માણસની હાલત સારી હોય અને નકામો પદાર્થ શરીરમાં ન હોય તો ઉપાય કરવા સહેલા છે પણ દરદ દવા માણસ જાત માટે જોડા કે વધુ પ્રમાણમાં ઝેર સિવાય ખીલું કાંઈ નથી. શક્તિવાળા શરીરનો વધારાનો પદાર્થ કુદરતી રીતે બહાર નીકળી જાય છે પણ શક્તિ નહીં હોય તો દવાના જોરથી ક્યારે શરીરમાં જ સમાઈ જશે.

એક તખીબ એક વખતે એમ માનવા લાગ્યો કે શુભકાંડ અને પાકાં માટે મેં એક ઉપયોગી ઈલાજ શોધી કાઢ્યો છે. તેના આ ઉપાયથી પાકું સાબું તો થતું પણ અંદરનો વધારાનો ક્યારે તો એમનો એમજ રહી જઈને પાછળજ હાંતો. એથી એના દરદીઓનાં એક બાબુનાં પાકાં સાબું થતાં તો ખીજ બાબુએ એક અગર ખીજ આકારમાં તે ઉભરી નીકળ્યાં અને તે પછી જુદીજ તરેહનાં હતાં. તેનો ઉપાય તે ડોક્ટર કરી શક્યો નહીં અને પગ કાપી કાઢ્યો પડ્યો. જરા કાંઈ થયું તો કાઢ્યો ખસ કાંતો ઇનજેક્શન કરશે અગર શસ્ત્રક્રિયા કરશે.

પાકાં થાય કે શુભકાંડ ઉભરાય ત્યારે સમજવું કે શરીરમાં ક્યારનો જથ્થો વધી પડ્યો છે અને તે પદાર્થ પડે રૂપે બહાર નીકળે છે અને તે કાંઈજ નહીં પણ થેલો વધારાનો ક્યારે છે. શુભકાંડે લીધેં તાય આવે છે તે એમ જતાવે છે કે શરીરની અંદરની ગરમી તે ક્યારને કિડાણીને-ઉભરાવીને-બહાર કાઢી નાખવાની વજનીજ કરે છે. ખરેખર-શરીરની ઉષ્ણતા-બહુ થઈ જાય તો તેના ઉપર અટકાવ નાખવો. તે માટે મારા ક્રીકશન-માથ અને સ્ટીમ-માથ તથા સાદા અને હલકો ખોરાક કાયદો કરશે. મારા પાસે નાસુર, ક્ષય, વિગેરેને લગતી ગાંઠોને લગતા કેટલાક કેસો આવી ગયા છે. તેમનામાં શરીરની શક્તિ હતી અને દવાદારથી તેમના અંદરના અવયવો નબળા પડી ગયા નહોતા અને તેથી જ તેઓ સારા થયા હતા, આવો એક નાખલો નીચે રજુ કરું છું:—

એક ગૃહસ્થને પગમાં અને પગની પાટલીમાં પાકાં થયાં હતાં અને જે ચીરા પડ્યા હતા તેમાંનાં સાથી મોટા ૪ ઈંચ જેટલો મોટો હતો. ૫૩ નીકળતું હતું તે બહુજ વાસ માગતું હતું. તે દરદીના શરીરમાં વધારાનો ક્યારો ભરેલો હોવાથી ખરમી થાય તેમ તેમ આમડી ઉપર ખજવાળવાની લાલચ થતી હતી. આ પ્રમાણે ધા રૂઝાવા આવે તે ખજવાળા થીપાછો ક્ષત્રી જાય અને નવું પાકું ઉઠતું કે ખજવાળા અટકતી. પગ તદ્દન કાળો

યઇ ગયો હતો અને જાધો કેહોવાટ હાડકામાં ઉતર્યો હતો અને જ્યારે પગ ઠાઠી નાખ્યો અગર તો તેણે રીજાઈ રીજાઈને મરી જતું એવી હાલત ઉભી થઈ ત્યારે તે મારી પાસે આવ્યો. મેં' નેયું તો પાચનશક્તિ છેક બગડી ગઈ હતી અને સાદામાં સાદો ખોરાક પણ તે ખાઈ શકતો નહોતો. વળી ફેફસાં પણ બગડ્યાં હતાં. આ દરદી મારી સીસ્ટમને કંઈ કાર્યસાધક માનતો નહોતો પણ દુઃખથી દંટખેલો હોવાથી એક છેલ્લી અજમાયશ તરીકે તે મારા પાસે આવ્યો. આ વખતે તેના પેટનો કચરો વધ્યો જતો હતો. નજામાં પડી ગયેલાં ફેફસાં કચરો વધવામાં મદદરૂપ થઈ પડ્યાં હતાં. દરદી જિયારો આ 'જંધું' શી રીતે સમજે ? મેં' તેના આખા શરીરનો ઈલાજ 'લેવા' કર્યું ત્યારે તે બહુ અજાણ થયો. પ્રથમ તો હલકા સાદા કુદરતી ખોરાક ઉપર રાખીને તેની પાચનશક્તિ સુધારવાનો પ્રયાસ મેં' આરંભ્યો. સાથે સાથે રોજના બાય આપી આપીને પરસેવા દ્વારા વધારાનો કચરો બહાર કાઢવા માંડ્યો. પછી થોડા દિવસ ગયા એટલે પાકાં ઉપર ઠંડા પાણીનાં પોતાં મૂકવા માંડ્યાં. આ પ્રમાણે ચાલુ રાખ્યાથી છ મહીને પાકાં રૂઝાઈ ગયાં અને ચળ આવતી હતી તે પણ ગઈ. આ દરદીએ પ્રથમ તો મારા બાય કરનાં પોતાના પગના ભાકાં ઉપર વધારે ધ્યાન આપ્યું એટલે પહેલા છ મહીના જોઈએ એટલે કાચરો જાણ્યો નહીં' અને પાછળથી તેની એ જૂસની મેં' બહુ જ આગવધી સમગમી ત્યારે જ તેને ઘણો કાચરો થયો જાણ્યો અને ફેફસાં સુધરી ગયા. તેથી તે પોતાનું કામકાજ બરાબર કરતાં હતાં. પાચનશક્તિ પણ ઠંડાણે આવી ગઈ. ધુંટણની નીચે જે પાકાં હતા તે બીજે વર્ષે ઉપર ચડ્યાં. જે એટલું જ બતાવે છે કે પાકાંનો કેહોલો કચરો પેટ તરફ ચડતો હતો. આ જંધું મેં' દરદીને સમગમ્યું ત્યારેજ તે મારા ઉપચારો ઉપર વિશ્વાસ મૂકવા લાગ્યો. તેનાં ફેફસાં, પાચનશક્તિ, વિગેરેનું સમાધાન થતાં ત્રણ વર્ષ લાગ્યાં. અને તે સુદત પછી આમડીનો રંગ કુદરતી હતો તેવો થઈ ગયો. કચરો જેમ જેમ પેટ તરફ વધારે જાય તેમ તેમ નીચેના તમામ ગુમકાં રૂઝાતાં જાય. આ રીતે મારી રૂઢીથી કેન્સરના ગુમકાં વિગેરે સારાં થયાં છે. બલમલા ડાકરો આવા રહેશે માટે કંઈ પણ ઈલાજ ફતેહમંદ રીતે કરી શકતા નથી.

ઝેરી છવડાંના ડંખ, હડકાયેલાં કુતરાંનું કરડણું, સાપનો ડંખ, લોહીનું ઝેરી થયું, (વગેરેના ઈલાજ—માણસના લોહીના રગડણો બહુ લાગણીવાળાં છે. વધારાના કચરા સાથે લોહી સમાગમમાં આવે છે ત્યારે ગરમીનો ઉદગાટ વધે છે. ઝેરી સાપનો ડંખ તાવના ચિન્હો બતાવે છે અને તેની અસર ગમે એવા તંદુરસ્ત માણસને પણ થાય છે. શરીરમાં કચરો વધારે હશે તો ઝેર વધુ સખત આકારમાં જણાશે અને તે નકામો કચરો પણ ઉછરે. વધશે અને જેમ એ વધારો થતો જશે તેમ છંદગીનો બય વધતો જશે. શરીરમાંના વધારાના કચરામાં સાપનું કે હડકાયેલા કુતરાના કરડવાનું ઝેર પેહું તો તે વધારાનો કચરો બહુજ ઉકળશે—ઉભરાશે. એક મધમાખી એક જાણને ચટકો ભરશે ત્યારે શરીરનો ચટકાવાળો ભાગ સજી આવશે અને બીજા માણસને બીજા માખી કરડશે તો તેને સોળે ચડશે નહીં. એજ પ્રમાણે એક હડકાયેલું કુતરું કરડવાથી એક માણસને હડકવા વશે અને બીજું હડકાયેલું કુતરું બીજા માણસને કરડશે તો તે માણસને કંઈ થશે નહીં. એક માણસને સાપનું ઝેર બહુ જ જલદી ચડશે તો બીજાને તાવ આપીને ઉતરી જશે. એ બધું શું બતાવે છે ? માત્ર એટલું જ કે ભય છે તે ડંખ કે' કરડવામાં સમાયેલાં નથી પણ અમુક માણસના શરીરની પ્રકૃતિ-સ્થિતિ કે તાલીમ ઉપર છે. ઘણુંજ ફતેહમંદ શસ્ત્રપ્રયોગ પછી લોહી ઝેરી થઈ આવે છે તેનું એજ કારણ છે.

હકાવેલું કુતરું કરે છે ત્યારે તેની લાગમાં જે ઝેર રહેલું છે તેથી પ્રાયશ્ચિત્ત રોગ થાય છે પણ કરોડો રોગ અને તાવ વિગેરે તો પાછળથી જ જણાય છે. હરકોઈ ઝેરની અસર પ્રથમ નાભી પ્રદેશમાં જાય છે અને ત્યાંથી મગજ આગળ જાય છે. મગજમાં અસર થયા પછી જ ઝેર ચડે છે કે હકાવા હાથે છે. હકાવેલા કુતરાની પાચનશક્તિ તદ્દન ખગડી ગયેલી હોય છે.

એક છોકરાના હાથમાં જ એક ઝેરી સાપ કરડ્યો અને પેટમાં આંકડીઓ આવી અને ૧૫ કલાક સુધી તે પેસાળ કરી રહ્યો નહીં. તેની જીંદગી બચા આવી પડી. મારી પાંચે આવતાં મારી રૂઢી મેં લાણ પાડી. મેં આખા અને સ્થાનિક સ્ટીમ-બાથ આપ્યા. તે છોકરાને સંપૂર્ણ પરસેવો વળ્યો. સાથે સાથે ઠંડા ક્રીકશન-બાથ પણ આપ્યા. સાંદો ખોરાક આપ્યો. તેને પુરુષ પેસાળ છુટ્યો અને બચાથી મુક્ત થયો.

લોહી ઝેરી થાય છે ત્યારે પ્રથમ તો જખમવાળી જગ્યા સુકું આવે છે. તાવ ધણી જ સખ ચડે છે. પ્રથમ તો જખમને ખુબ દડો કરવો. એટલે કે જખમવાળા ભાગને ઠંડા વહેતા પાણીમાં રાખવો. આવી સગવડ ન હોય તો ઠંડા પાણીના પેતાં મૂકવા. સાથે સાથે ક્રીકશન અને સીટસ-બાથ આપી કરવા.

જે જગ્યાએ શરીરમાં વધારાનો ક્યારો હોય છે ત્યાં જાણી કંપે છે કેમકે તેને તે ક્યારની ગંધ આવે છે. તે જગ્યાએ મલમલનાં લીના લીના પેતાં મૂકવા. તેથી એકદમ આરામ થશે. ઝેર એકદમ ચીકણા પદાર્થના રૂપમાં બહાર નીકળી જશે. નજીકના ભાગમાં સોજો ચડે છે તો તાવ ચડે છે. સોજવાળા ભાગને ઠંડા પાણીમાં મૂકવો. સ્ટીમ-બાથ અને ક્રીકશન-હીપ-બાથ તથા સીટસ-બાથ લેવાથી તદ્દન આરામ થઈ જશે. ક્રીકશન બાથ લેવા તો છુટા છુટા લેવા અને તાવ હોય તો દર બન્ને કે ત્રણ ત્રણ કલાકે લેવા. તાવ નરમ પડશે તો દરદ સાચું થતાં વાર લાગશે નહીં. બની શકે તો અપવાસ કરવો અને અપવાસ ન થઈ શકે તો બોખાની રોટલી અને ફળ ખાવા. પાણી પીવાની અડચણ નથી. બાથ પછી સૂઈના તડકામાં ખેસવું તે સારું છે. જખમવાળા ભાગ સખત બની જાય તો તે જગ્યાએ થોડા ઘણા બાથ આપવા તેમ કરવાથી વધારાનો ક્યારો બહાર નીકળી જશે.

વીસ વર્ષના એક યુવાનને ખેતરમાં એક ઝેરી જીવું કરડ્યું. તેના કંખથી તેને ઝાડું દરદ તો જણાયું નહીં પણ કંખવાળો ભાગ જરા સુકો ગયો અને તે યુવાને તેની દુશ્કાર કરી નહીં. થોડા કલાક પછી આગે હાથ ચુન્ધ્યો. ઠાકરો અને વૈદ્યોને બોલાવવામાં આવ્યા તો તેમણે કહ્યું કે લોહી ઝેરી થઈ ગયું છે અને હાથ કાપી કાઢવો પડશે. એટલામાં ત્યાં હાજર રહેલા કોઈએ મારી રૂઢી અજમાવવા સલાહ આપી કારણ કે હાથ કપાવી નાખવાનું કોઈએ પર્મદ કર્યું નહીં. કંખવાળી જગ્યાએ સ્ટીમ-બાથ આપ્યા અને તે પછી ક્રીકશન-હીપ-બાથ આપ્યા. કોઈ કોઈ વાર એકલા હીપ-બાથ આપવામાં આવતા. પરિણામ એ આવ્યું કે સોજો આગળ વધી રહ્યો નહીં. બાથ દરમીયાન લીના પેતાં મૂકવામાં આવ્યા. દરદીએ ખુલ્લી હવામાં પુરુષ કસરત કરો અને પરસેવો લાવવા માટે ધરજના તડકામાં રહો. આ પ્રમાણે કંખની અસર નાશ પડી. આ દરમ્યાન તે યુવાનની તંદુરસ્તી વધારે મદદગાર થઈ પડી હતી.

શ્રીઓનાં દરદો.

શ્રીઓના શરીરની રચના બહુ શુચ્ચવણ બરેલી છે અને તેમના શુદ્ધ અવયવો સાથે સંખ્યાબંધ ફરીયાદો સંબંધ ધરાવે છે. શ્રીઓનાં કેટલાંક દરદો ઘણીવાર ઘણાં જ દુઃખદાયક સ્વરૂપના હોય છે.

રજસ્વલા થવું, ગર્ભ રહેવો, સુવાચક, બચ્ચઓને ધવસાવવું, વિગેરે ઉપરાંત શ્રી જાતીને લગતી કુદરતી બાબતોની સંખ્યાબંધ ફરીયાદો હોય છે; જેમાં હાલના જમાનાની ખાસીયતો, ટેવો, રીતભાત અને અકુદરતીપણાએ વધારો કરી મૂક્યો છે અને તે મંમંથી હાલતું વૈધકશાસ્ત્ર અનેક ક્ષણ મારે છે. આ જમાનામાં ખાનપાન, મોજશોખ, વિગેરે વધી પડ્યું છે એટલે દરદો પણ તરેહવાર યથા આબ્યાં છે અને તળીઓ પણ ખીજ નીજ ઉપાયો અજમાવે છે, અને દુઃખને દબાવી દે છે અગર વધારી મૂકે છે.

શ્રીઓનાં આટલા બધા દરદોનું કારણ શું? તે માટે તેમની રહેણી કરણી બહુ જવાબદાર છે. તેમને ખુદશી હવાનો લાભ મળતો નથી. શું ખાવું અને શું નહીં ખાવું તેનું જ્ઞાન કે જ્ઞાન નથી. કસરતો બિલકુલ કરવામાં આવતી જ નથી. આ પ્રમાણે શ્રીઓ કુદરતના માર્ગથી દૂર જાય છે. શ્રીઓના શુદ્ધ અવયવોના બાગો ઘણા નાશુક હોય છે એટલે તે જોઈએ એટલી સહનશક્તિ ધરાવતા નથી જેથી સંખ્યાબંધ દરદો જન્મ પામે છે.

ગામડાંની ખેડૂતની શ્રી અને શહેરની રેશનશબ્દ બાતુની સરખામણી કરો. ગામડાંની તે શ્રી ગમે તેવાં દરદ સામે ટકી શકશે પણ શહેરની નાશુક શ્રી કોઈ પણ દરદ સામે ટકી શકશે નહીં. શ્રીઓના રોગો માટે મારો ઇલાજ જેટલો કાર્યસાધક છે તેટલો ખીજ રોગો માટે નહીં હોય. મારો ઇલાજ યુવાન અને વૃદ્ધ શ્રીઓમાં ઘણો લોકપ્રિય થઈ પડ્યો છે. મારા ઉપચારોથી તો જાણે તેમને પાછી યુવાની આવતી હોય એવું લાગે છે. આમ શા કારણથી બને છે તે જોવા કે જાણવાની દરકાર રાખ્યા વગર તેઓ મારી સીસ્ટીમને વળગી રહે છે. એમ થાય જ, કારણ કે મારા ઉપાય મુજબ તેમના છુપા બાગો તપાસવા પડતા નથી. હું તો માત્ર ચહેરા ઉપરથી તેમનું દરદ પારખી લઉં છું. પ્રથમ તો શ્રીઓને રોગ પકડી દાઢવો તે મુશ્કેલ છે કારણ કે તેઓ ચરમને લીધે તેઓ કશું બોલતી નથી. મારા ઉપચાર મુજબ તેઓને એવું ચરમનું કારણ જ મળતું નથી. મારો રૂઢી પ્રમાણે તેઓનાં શુદ્ધ અવયવોમાં હયાતીયાર મૂકી તપાસ કરવી પડતી નથી અને ગમે એવાં હડીલાં દરદો પણ સાજા થાય છે. તો પછી મારી સીસ્ટીમ તેમને શા માટે પર્મદ ના પડે?

રજસ્વલાપણાની ફરીયાદો—રજસ્વલા એટલે ઋતુ આવવી. જેને પારસી ભાષામાં માસિક માંદગી કહે છે. તે એવું બતાવે છે કે ઋતુવાળી શ્રી બાગકો પેદા કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. ગર્ભ રક્ષા પછી ઋતુ બંધ થાય છે. મજામુત શ્રીને કશું દરદ થતું નથી. દરદ થાય તો સમજવું કે અંદર નડતરરૂપી કચરો છે. શ્રીઓનું (કલેવર) બંધારણ ચંદ્રની કલા સાથે સરખાવી શકાય છે. ચંદ્રની કલા ચક્ર ઉત્તર થાય છે તેમ ઋતુકાળ પણ ચાલ્યા કરે છે. તંદુરસ્ત શ્રીઓ દરેક પ્રજાતિને દિવસે અગર તે દિવસની લગભગ છોટ બેસે છે—ઋતુ જાતિ થાય છે. કુદરતનો આજો નિયમ જ છે. પાછા બરાબર ૨૯ દિવસ પૂરા થતાં ઋતુ

આવડું જ નોંધ્યો. પૂનમથી ઋતુમતિ થવાનો સમય જોડ્યો આધો ખાણો એટલો ચરીરમાં ખીગાડ સમજવો. ૧૪ કે ૨૦ દિવસે રજા આવે તો સમજવું કે ક્યારે ૬૬ બહાર બરાયો છે. તેથીજ સ્થિતિ મહીના ઉપરની મુદત જાય તો પણ થાય છે. રજોદર્શન (ઋતુ) દરેક મહીને ૩ કે ૪ દિવસથી વધારે દિવસ સુધી દેખાવું નહીં નોંધ્યો. આ બધું જોવા જાણવાની ઘણી કાળજી રાખવી જોઈએ. ઋતુદર્શન દરમીયાન શાન્તિ અને સુપ્રક્રીદા જાળવવી, કોઈ ધ્યાન રાખી તપાસ કરેલો તો તેને માલમ પડશે કે કુદરતના કાયદા કેવી રીતે કામ કરે છે. મારા “મુખ પરીક્ષા શાસ્ત્ર” નામનાં પુસ્તકમાં આ બાબત વધુ ખુલાસો કર્યો છે, માટે જોને વધુ જાણવું હોય તેણે તે પુસ્તક વાંચવું.

ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ રજસ્વલા સ્ત્રી કરતાં પણ વધારે શાન્તિ સાચવવાની છે. ગર્ભાવસ્થામાં કોઈ ખીજ ખીમીની લાગુ પડી તો તેમથી ચરીરને વધુ ધ્વજ થવાનો સંભવ છે. આ બન્ને અવસ્થામાં કોઈ પણ જાતની ઉત્કેરણી (લાગણી ઉત્કેરણી જતી તે) થવી નહીં જોઈએ. ઉત્કેરણી બહુ ધારિત ભરી છે. ખાસ કરીને ગર્ભવંતીને ઉત્કેરણા દેવી નહીં.

રજસ્વલાપણીના વખત લાગેા ટુંકો થાય તો તેના કલાજ શો? કારણ એ છે કે પાચનક્રિયા બરાબર હોતી નથી. પેટમાં ક્યારે વધારે હોય છે માટે ક્યારે બહાર કાઢી ચરીરની ગરમીનું સમતોલપણ જાળવી રાખવું. રોજ ઝાડો સાફ આવે એવા કલાજ લેવા. ઝાડો સાફ આવ્યો તે બાકીનું કામ કુદરત કરી લેશે. મારા કંડક આપનારા બાપ અને સાદો દલકો ખોરાક બધી ગરબડ સુધારે છે.

માસિક માંદગીનું-રજસ્વલા થવાનું-લોહી ચરીરમાં હોય તે એમ ખતાવે છે કે ચરીરમાં ખરાબ લોહીના વધારો થયો છે, ગરમ રલા પછી આ લોહી ગરમનું પોષણ કરવાનું કામ કરે છે. દર પૂર્ણાંમિના વખત ગરમને માટે ઘણો બારીક હોય છે કારણ કે તે વખતે જ તંદુરસ્ત સ્ત્રીએ ઋતુમતી થાય છે. ગર્ભાસ્થાનનાં દરદો ચંદની કલાને અવલંબીને રહેલાં છે. ચંદની કલાએ આ દરદો વધે છે અને ઉતરતી કલાએ આ દરદો થમે છે. આ બધું ખતાવે છે કે મનુષ્યનું ચરીર કુદરત સાથે કેટલો બધો સંબંધ ધરાવે છે. સ્ત્રીઓનાં શુભ દરદો શુકલપક્ષ (અજવાળીયાં)માં વધે છે અને કૃષ્ણપક્ષ (અંધારીયાં)માં ઘટે છે.

એક સ્ત્રી ઉદર જોઇને બહુ જ ખીતી. બન્યુ એમ કે તેની ગર્ભાવસ્થામાં એક દિવસે તેના હાથ ઉપર ઉદર ચડી આવ્યો. તે પછી ત્રણ દિવસ તેને ઉદરના જ વિચારો આવ્યા કરે અને સ્વપ્નાં પણ ઉદરનાં જ આવે. પરિણામ એ આવ્યું કે બાળક જન્મ્યું ત્યારે તે બાળકના હાથ ઉપર ઉદરનો આકાર હતો.

એક ખીજ સ્ત્રીને છઠ્ઠી સુવાવડ આવી. તેણીને પોતાને, તેના પતિને અને આગલાં પાંચે છોકરને કાળા વાળ હતા અને આ છઠ્ઠું બાળક સોનેરી વાળવાળું અવતર્યું. તે એક છોકરી હતી. તેનું કારણ શું? કારણ એ કે આ બાઈ ગર્ભાવસ્થામાં હતી ત્યારે તેની પાસે એક છોકરી હતી જેને સોનેરી સુંદર વાળ હતા અને તે છોકરીને ઘણું હેતથી પોતા પાસે રાખતી હતી અને હંમેશાં ઝંખના કર્યાં કરતી હતી કે આ છોકરીના વાળ, જેવી છોકરી મારે હોય તો કેવું સાફ. તેના મનની આ ઝંખના (ખીજ સબ્દોમાં કહીએ તો માનસિક ઉત્કેરણ) ગર્ભાસ્થાન સુધી પહોંચી અને પેલી છોકરી જેવા જ વાળવાળી બાળકી અવતરી.

એક વખત એક સ્ત્રી પોતાના નાના કુતરને ગાડીમા બેસાડીને જતી હતી ગાડી ચાલતી હતી અને કુતર બહાર પડી ગયું અને ગાડી નીચે ચમકાઈને મરી ગયું. આ બાઈ ગર્ભવતી હતી અને તેના મગજમાથી આ દેખાવ ખરો નહીં. પરિણામ એ આમું કે પોતાનું બચ્ચું સુવેલું આવતરું અને તે વગી કચરાઈ ગયેલા માથવાળું.

એક સ્ત્રીને છોકરું આવતરું કે જેનું મોઢું-મોઢાની ફાડ-એક કાનથી બીજા કાન સુધી પહોંચેલી હતી જન્મ્યા પછી તરત જ તે બચ્ચું મરી ગયું. આવા દરદરપાણાનું કાગળું શું ? કારણ એટલું જ કે તેની માએ એક એવા માદનો વેશ બેસો હતો અને તેથી કેટલીક રાતો સુધી તે ઉઘી રાખી નોકોતી તેની માનસિક અવસ્થા તેના મર્મ ઉપર પડી અને તેથી એવું દરદરુ બાળક આવતરું.

આ ઉપરથી જેમ તકરો કે ગર્ભાવસ્થામા માની જેની દાવત હશે તે દાવતની અસર બાળક ઉપર થશે. બાળકનું આમું બારી અને બવિષ્ય માના મર્મકાળના સમય ઉપર અવલબેલું હોય છે માતા ખરામ વિચારો કરશે કે સારા, દસતી રહેશે કે શુભસુખ ગહેશે, તે બધાની છાપ તેના બાળક ઉપર પડશે. બહારની ગીતો અને બનાવો જે આપણી ઇન્દ્રીઓ ઉપર અસર કરે છે તે માત્ર ત્યા જ અસર કરીને બેસી રહેતી નથી પણ તે પેટ અથવા પેટ સુધી ઉતરી જાય છે. વાચનાર મારી થીયરી-સિદ્ધાંતનો ખરાબર અભ્યાસ કરશે તો તેને માલુમ પડશે કે પેટ એજ તમામ દરદોનું મૂળ મથક છે.

ગર્ભસ્થાનનું પડી જવું-પેસરીનો ઉપયોગ—ગર્ભસ્થાનમા વધારાનો કચરો થઈ જાય છે સારે ત્યા ગરમી વધી પડે છે અને તે વખતે ગર્ભસ્થાનનો અંદરનો ભાગ પોતાના રક્તજીને માટે કાઢી પડી જતી ટકરૂ ઝીલી શકતું નથી પેટના આતરકાની આ દશા થાય છે સારે અતરંગ-સાચુગાઈ-વાય છે તેમ જ ગર્ભસ્થાન પોતાના સ્થાનમાથી ચલીન થઈને નીચે લપડી પડે છે. તખીમે સ્ત્રીઓના ખાનગી ભાગમા ગમરની રીંગ-કાથગા—જેને પેસરી કહે છે તે મૂળે ગર્ભસ્થાનનો અટકાર કરે છે પણ તેથી કાંઈ દરદનો અપકાર થતો નથી. મારા ઇનાજથી આવી રીંગ વાપરતી પડતી નથી અને જે કચરો આ દરદને જન્મ આપે છે તે કચરને જ દૂર કરી શકાય છે. ગર્ભસ્થાનમા સોજો ચડ્યો હોય છે તે પણ મારા ઇનાજથી દૂર થઈ શકે છે ગર્ભસ્થાનના આતરકામા બહારનો કચરો એટલો બધો એકઠો થાય છે કે તેના દનાણથી ગર્ભસ્થાન વાકું વળી જાય છે. તેને માટે પણ મારો ઇનાજ છે. ઓપરેશન કરાવી અને દવાદાના ઉપયોગથી દરદનાગા ભાગોને વધારે ઇજા પહોંચે છે પણ મારી રીઠીથી તો હમેશને માટે આરામ થાય છે.

વાંઝીયાપણું—પરણ્યા પછી બાળકો નહીં થવાની ફરીયાદો કરતી ઘણી સ્ત્રીઓ મારા પાસે આવી છે. ગર્ભ નહીં ગહેવાનું કારણ એટલું જ હોય છે કે ગર્ભસ્થાનમા અગર તેની આજીવનજીવનના પ્રદેશમા વધારાના પદાર્થો દનાણું એટલું બધું હોય છે કે તે સામું જોર કરે છે આવી સ્ત્રીઓ પોતાને તદુરસ્ત માને છે પણ ખરું જોતા તેઓના ખાનગી ભાગો વધારાના કચરાથી ભરપૂર હોય છે અને જેમ આ નડતર વધારે કે ઓછી તેમ ગર્ભ વધારે કે ઓછો વખત ટકશે વધારાના પદાર્થને બીધ પેટની અંદરનો સોજો અપો બધો રહેશે કે તેના દનાણથી ગર્ભપાત થઈ જશે. ગર્ભસ્થાન થવાનો મખર પ્રથમના ચાર મહીના સુધી હોય છે અને તેનું કાગળું એમએક મારિત કે બીજું હોય છે, સખત પડા કે કમરમંધની

સખત લેસો બાંધવાથી પણ ગર્ભપાત કે ગર્ભથાવ થઇ જાય છે. ગામડાંઓમાં અને ખુલ્લી હવામાં રહેનાર સ્ત્રીઓ જેઓ દસરતતુ' અને મહેનતતુ' કામ કરે છે, તેઓ ગર્ભના સાતમા મહીના સુધી ખુશખુશાલ પોતાતુ' કામકાજ કરે છે. ગર્ભસ્થાનમાંનો વધારાનો પદાર્થ કાઢી નાખવામાં આવ્યો હશે તો ગર્ભપાત કે કમુવાવડનો ભય રહેશે નહીં. ઓપરેશનો, ઇન્ટેક્શનો અને બીજી કદાકૃત જે સ્ત્રી જાતીની સભ્યતાતુ' ગૌરવ ઓછું કરે છે અને અંતે કાંઈ દુઃખદો કરતાં નથી પણ ઉલટું અંદરની કુદરતી શક્તિ કે જે દરદ મટાડવાને કામની છે તે શક્તિનો પણ નાશ કરે છે. સ્ત્રી પુરુષના સમાગમ માટે એટલે ગર્ભધાન માટેનો વખત રાત્રી કરતાં સદ-વારનો સારો છે. કારણ એટલું જ કે રાત્રે જાનતંતુઓ યાકેલાં હોય છે.

એક સ્ત્રીને પરખ્યાં પછી આઠ વર્ષ વીતી ગયાં પણ દહાડા રહ્યા નહીં. બસમલા અનુ-ભવીઓ-એકસપેરો-પાસે જઈને નીરાશ થયા પછી મારી પાસે આવી. ચહેરો જોઈને જ મેં કહ્યું કે અંદર વધારાના કચરાનો સંચય થયો છે જે કાઢી નાખવો પડશે. વાંઝણી સ્ત્રીના શરીરમાં કચરો હદ બદારનો જામી ગયો ન હોય અને સામાન્ય તંદુરસ્તી તથા શક્તિ હોય તો મારા ઉપાયોથી વાંઝણાપણું દૂર થાય છે. આ બાઈને મેં સોજના બેથી ત્રણ ક્રીકશન-લીપળાય લેવરાવ્યા. બોરાક હલકો રાખ્યો. થોડા મહીનામા વધારાનો પદાર્થ નીકળી ગયો અને ગર્ભ રહ્યો તથા સુખ શાન્તિવાળી સુવાવડ થઈ અને બાળકની માતા થઈ.

થાનનો સોજો અને દુધની ઘેરહાજરી:-માના સ્તનતું દુધ બાળક માટે બહુ કીમતી મતા છે. કેટલીક સ્ત્રીઓ નબળાઈને લીધે પોતાનાં બાળકોને ધવરાવતી નથી અને તેથીજ તંદુરસ્તીવાળાં બાળકો ઉછરતાં નથી. માણસોમાં આવું છે પણ જનવરોમાં ક્યાંઈ આવું જોયું છે? તેમના આંચળો પોતાનાં બચ્ચાંને ધવરાવતાં કદિ પણ સુઝ આવતા નથી. આ ઉપરથી જાણી લેવું કે આવાં દુઃખ દરદો માણસમાં થાય છે તો તેનું કારણ અકુદરતી વર્તન હશે. ગર્ભ રહ્યા અગાઉ કેટલીક સ્ત્રીઓની હાંતી બહુ કુલી જાય છે, તેનું કારણ એટ-લુંજ કે ત્યાં વધારાનો નકમો કચરો એકઠો થાય છે. ગામડાંની સ્ત્રીઓના સ્તનમાં ભરપૂર દુધ હોય તે છતાં તેમને કાંઈ દુઃખ કે દરદ થતું નથી. બાળકવાળી માતાના થાનમાંથી દુધ ઉડી જાય તો જરૂર સમજવું કે તે જગ્યામાં કાંઈ નડનર બાજી છે. કોઈકેઈકેઈ માંસ, ઘંઘા, માઝલા, પુછીકારક બોરાક બાઈને કે ખવરાવીને દુધ વધારવાનાં કાંઈ મારે છે પણ તે ફાટ છે. તેથી તો ઉલટું દુધ વધારે ઓછું થઈ જાય છે. મારા ક્રીકશન અને સ્ટીમ બાય લીધાથી અને હલકો બોરાક ખાવાથી દુધ વધારે આવશે. દુધ ઉડી ગયાના ધણા કેસો મેં સુધાર્યા છે. એક સ્ત્રી ત્રીજવાર ગર્ભવંતી થઈ. પહેલાં જે બાળકને ધાવણું નહોં આવવાથી બહારનું દુધ પાથું હતું. મારા ઈલાજો અગાઉથી કર્યા પછી આ ત્રીજી સુવાવડ આતી અને ધાવણું પુરકગ થયું. એક સ્ત્રીને સુવાવડ પછી પહેલે જ અંકવાડીએ છાતી સુઝ આવી. ડાક્ટરોએ ઓપરેશન કરવાનું કરાવ્યું પણ તે બાઈએ પસંદ નહોં કર્યું અને મને બોલાવ્યો. મારા ઈલાજ પ્રમાણે આલવાની તેણે મને દા પાડી. મારા બાથથી અને સાદા બોરાકથી ત્રણ અંકવાડીયામાં તે દરદ તદન સાજું થઈ ગયું.

સુવારોગ-સુવાવડનો તાવ:-ઘણી સ્ત્રીઓ આ ખગળ તાવની બોમ થઈ પડે છે. બાળકને જન્મ આપ્યા પછી જે માતાના પેટમાં અને ગર્ભસ્થાનમાં કચરો રહી જવા પામે છે તેમને આવી જાતના તાવ આવે છે, આ કચરો કાઢી નાખવાથી જ તાવ જાય. સુવા-

વડ પછી રહી ગયેલા કચરો દરદ વધાગ્વામાં મદદ કરે છે અને તેથી તાવ ચડે છે. મારા ક્રીકશન બાયથી તાવ ઉતરી જાય છે. એક કેસમાં દાઇએ ગરમ પાટા બાધ્યા એટલે અંદરની અને બહારની ગરમી વધી ગઈ. મેં તેને રોજ ક્રીકશન સીટસ બાય આપ્યા અને કેસ સુધર્યો. ઠંડા પાણીથી તેણીને પ્રથમ અગવડ તો પડી પણ તેથી જ તે સાજી થઈ. સાજી થતા તેણીને માત્ર બેજ દિવસ લાગ્યા હતા. આ બાઈ ગરમ પાણીથી ઠંડાગતી હતી જેથી મારે ઠંડા પાણી વડે ઉપચાર કરવો પડ્યો હતો. તેની શરીરની શક્તિ સારી હતી એટલે ઠંડા પાણીથી ચાલ્યું. ક્રીકશન-ગાય કેટલા ઉપયોગના છે તે તમે જોઈ ચક્યા હશે. આ બાઈને ડાક્ટર કહી ગયો હતો કે 'માથું ઠંડું અને પેટ ગરમ રાખજો. આમ કર્યું હોત તો દરદ વધી જાત. ડાક્ટરો માથાને ઠંડું ચા માટે રાખતા હશે તેની અને સમજણ પડતી નથી. ગરમી પેટમાં થાય અને નીકળી પણ તેજ રસ્તે જાય અને તેથી તેજ ભાગ વધારે ઠંડો રાખવો જોઈએ. માથું ઠંડું રાખતા ઉવડું લોહી વધું જોરથી ત્યાં વહે છે એટલે તાવ ઉવડો ચડે છે. એક વખતે એક બાઈને સુવાવડને બીજેજ દિવસે તાવ ચડ્યો હતો. ડાક્ટરોથી કાંઈ વાલ્યું નહીં અને અડવાડીયામાં તો ગાડા જેની બની ગઈ એટલે અને તાર કરીને બોલાવ્યો. મેં આરીને તાવ ઉતારવાના ઇલાજો લીધા. મેં રોજના ૩ થી ૪ ક્રીકશન-સીટસ બાય લેવરાવ્યા. દરેક બાય ૧૫ થી ૩૦ મીનીટ ચાલતો. ૧૮ કલાકમાં તાવ ઉતરી ગયો. ખુબી એ હતી કે મેં ગરમ પાણી વાપરવા કહેલ પણ તેણે ઠંડું વાપર્યું. શરીર શક્તિ સારી હતી એટલે વાધો આવ્યો નહીં. સુવાવડના તાવમાં દાક્ટરો બરફ આપી આપીને તાવને મગજમાં ચડાવી દે છે એટલે દમ્દી-ગાડી-દીવાની બની જાય છે. મારા ઇલાજથી પેટનો કચરો કાઢી નાખવાથી ફાયદો થાય છે.

રહેલાઈથી અને સહીસલામતીથી સુવાવડ કેમ કરવી ?

કુદરતના કાયદા તજે આ આખું જગત પોતાનું કામ બજાવ્યા કરે છે. માણસ જાતની સુવાવડ બહુ જ ઉતરતા પ્રકારની હાવતમાં થાય છે. જનવરો કુદરતી કાયદા બરાબર પાળે છે તેમની સુવાવડ વગર દરદ અને અક્યથે કુદરતી રીતેથાય છે. પક્ષીઓ, બીલાડાં, હરણો, કુતરાં અને બીજાં હરકોઇ જનવરોનો દાખલો લેશો તો માણસ પડશે કે તેમની સુવાવડ વખતે તેમના પાને કોઈ પણ હોતું નથી અને તેમને સુવાવડનું દરદ પણ થતું નથી. સુવાવડનો વખત નહક આવતો જાય છે તેમ તે લોકોને પ્રસવનો ભય પણ રહેતો નથી અને ખુશખુશાલ પોતપોતાનું કામ કર્યા કરે છે. મેં તો અનુભવ્યું છે કે ઘણા ખરાં જનવરો બચ્ચાને જન્મ આપીને પાગ પોતપોતાના કામ ઉપર મંડી જાય છે. જાણે કે કાંઈ બન્યું જ નથી.

એક વખત એક હરણી વીવાતી હતી. બચ્ચાને જન્મ આપતી હતી, તેજ વખતે કોઈ શીકારીની બંદુક્તી ગોળા અકસ્માત રીતે તેણીને વાગી અને તે મરણ પામી. તે તો મરી ગઈ પણ તેનું બચ્ચું સહીસલામત અવતર્યું. માણસ જાતના રહેલાઈથી સુવાવડ કદાચ જ થાય છે. ઘણા બનાવોમાં કસુવાવડો થઈ જાય છે અગર બીજા અનેક બીગાડો થાય છે.

મુવાવડ વખતે મુખાણી કે કાપણ વગર હવે ચાલતુંજ નથી અને મુવાવડી સ્ત્રીઓ દિવસે સુધી બીજાનામાં પડી રહે છે. કારણ માત્ર એટલું જ કે માણસોને કુદરતના કાપદાથી ઉલટાં ચાલે છે તેથી કુદરત માણસ ઉપર વેર લે છે. માણસ જાત પોતે જ કુદરતથી ઉલટા કાપદાઓ કાઢી ખોટા રસ્તે દોરવાઇ જાય છે અને પછી કુદરતના કાપદાના બંગની સળ ભોગવે એમાં નવાઇ શી છે ? જે દિવસથી માણસ જાત કુદરતના કાપદાનો બંગ કરવા લાગી ત્યારથી જ દુઃખની શરૂઆત થઈ. જ્યાં કુદરતના કાપદા પગાતા હશે ત્યાં જ તમે સુખ જોશો. એક માતા તદ્દન તંદુરસ્ત હોય એટલે કે તેણીના શરીરમાં વધારાનો ક્યારે બિલકુલ નાં હોય તો મુવાવડ રહેલાથી થશે અને બાળક પણ તદ્દન તંદુરસ્ત અવતરશે. બાળકોમાં માત્ર ગિતાને રોગ કિતરશે તો બાળકો પણ બિન તંદુરસ્ત રહેશે. સ્ત્રી પુરૂષનો સમાગમ થયા પછી ગર્ભ રહેા કે તેની સાથે જ તે ગર્ભમાં માબાપના ગુણ દોષ પોષાશે. નદામાં ક્યારાથી બરપુર માબા-પોના બાળકો તેજ ક્યારે લઇને અવતરશે અને તેથી જ હાલમા બાળકોને જનમ્યા પછી તરત જ ગીશિતગા મુકવામાં આવે છે અને તરફવાર ખોરાકો આપવામાં આવે છે. આથી બાળકોને વધારે ગેરલાભ થાય છે. બાળકના શરીરના વધારાના ક્યારાને અકુદરતી પોષણ મળતાં તે ક્યારે વધારે જોરથી શરીરમા પ્રસરે છે અને નળગા અવયવોમાં જામી જાય છે. એના ઉપાય તરીકે પ્રથમ માબાપોઆથી જ ક્યારે કાઢી નાખ્યા પછી જ ગર્ભાધાનની ક્રિયા થવી જોઇએ. આ પ્રમાણે ઉત્પન્ન થતાં બાળકો ભવિષ્યમાં હેરાન થતાં નથી અને રોગથી પીડાતાં નથી. ભવિષ્યની ઓલાદને વધુને વધુ તંદુરસ્ત બનાવવી હોય તો ઉપર જણાવ્યું તેમ કુદરતી નિયમો પાળી તંદુરસ્ત તન મન સાથે ગર્ભાધાન કરવું જોઇએ. અત્યારે તો માણસ જાત તંદુરસ્તીની બાજતમાં દિવસે દિવસે વધારેને વધારે નળગી પડતી જાય છે. કુદરતના કાપદા મુજબ શરીરનો સઘળો ક્યારો બહાર કાઢી શકાય એમ છે. બાળકોને નાનપણથી જ અકુદરતી ટેવ પાડવામાં આવે તો મોટપણમાં તેનો બાધો નળગો થઇ જશે.

જનવરેલી તપાસ કરશે તો માણસ પડશે કે મુવાવડ પછી તેઓ નળગાં પડી જતાં નથી. માણસોમાં તો બાળક પેટમાં હોય ત્યારથી જ પેટ માંડુ થઇ આવે છે અને આપણી સ્ત્રીઓને જેમજેમ વધારે બાળકોને જન્મ આપતી જાય છે તેમતેમ તેઓ વધારે બદધુ-રત થતી જાય છે. જે હવામાં સ્ત્રીઓ રહેતી હોય તે હવાથી અને જે ખોરાક તેઓ ખાતી હોય તે ખોરાક આણુ રાખ્યા છતાં તેઓ પોતાની ખુમસુરતી એટલે તંદુરસ્તી યા માટે શુભાવે છે ? કારણ એટલું જ કે ગર્ભ રહ્યા પછી પણ માણસો સ્ત્રી સમાગમ કરે છે ત્યારે જનવરે તો ગર્ભ રહ્યા પછી એક બીજાના સામું પણ જોતાં નથી. આ રીતે માણસો કુદર-તના અનેક કાપદાનો બંગ કરે છે અને તેથીજ ગર્ભાણી સ્ત્રીઓને ઉલટી થાય છે, આડા થાય છે અગર બંધકોણ થઈ આવે છે, મુમસુમ અને સુસ્ત બની જાય છે અને નહીં ખાવાની ચીજો ખાવાને લલચાય છે. સ્ત્રી સમાગમ માત્ર ગર્ભાધાન માટે જ છે, નહીં કે મોજશોખ માટે. આતું નામ તે કુદરતના કાપદાનું પાલન જનવરની માદા સંગ કર્યા પછી નર પાસે જતી નથી અને નર પણ માદાને અડકતો નથી. માણસ જાત કુદરતના કાપ-દાના બંગની અનેક સળઓ ખમે છે.

ખરેખરી તંદુરસ્ત સ્ત્રી તેજ રહેવાય કે જોને ગર્ભ રહ્યા પછી પુરૂષના સમાગમની ઇચ્છા થતી જ નથી. અત્યારેના જમાનામાં સ્ત્રી પુરૂષોનાં શરીરમાં વધારાના પદાર્થોનો સંચય

એટલો બધો થઈ ગયો હોય છે તેઓને અકુદરતી વિષયવાસનાં થયાં કરે છે અને તેથી જ પોતાના મન ઉપર કાબુ નહીં રાખતાં ગમે એટલી છુટ લે છે. મામલના ભરવાડો અને ખેડુતો એટલું તો સમજે છે કે પોતાના દોર ઢાંખરો એક બીજા સાથે વધુ સમાગમમાં આવી વધુ વિષય કરે છે તો જરૂર તેઓમા રોગ ફાટી નીકળે છે. આ પ્રમાણે મનુષ્ય જાતમા ક્ષયના દરદીઓને વધારે વિષયવાસના રચા કરે છે.

ગર્ભાધાન કરવું અને વિષયની તૃપ્તિ કરવી એ બેમાં ઘણો તફાવત છે. વિષય તૃપ્તિ એ મોજશોખ છે. અને તેથી જેમ વધારે વિષય ચાલ્ય તેમ વધારે લાલસા રચા કરે છે. ગર્ભાધાન એ માત્ર કુદરતી સંબંધ છે અને તેમા માત્ર માનસિક તૃપ્તિ છે. ગર્ભાધાનથી કુદરતી દુનિયામાં આખાદી અને વધારો ચાલ્ય છે અને એજ હેતુ લક્ષમાં હોય છે. શરીરમાં વધારાના કચરાની જમાવટ થયેલી હોય એવા સ્ત્રી પુરુષોને અતિ વિષયની લાલસા રચા કરે છે. સાદો ખોરાક, ખુલ્લી હવા અને તંદુરસ્ત શરીરવાળાં સ્ત્રી પુરુષોને વિષયવાસના વધતી નથી પણ જે સંબંધ થઈ જાય છે તે માત્ર કુદરતી પ્રેરણાથી જ થઈ જાય છે. જ્યારે પણ સંભોગ કરવાની ઇચ્છા થાય ત્યારે માણસે કુદરતની સાથે મસજત કરવી અને પોતાના હવસને કાબુમાં રાખવા સાદું કુદરતના કાયદા અને ધર્મ પાળવા આવે વખતે વિષયાધિ માણસે મારી રૂઢી મુજબ પોતાના શરીરમાંનો વધારાનો કચરો કાઢી નાખવો એટલે વિષયની તૃપ્તિ પણ નાણુદ થઈ જશે. આ જમાનામાં તો બચ્ચું જન્મવાનું હોય તે પહેલાં તરેહવાર ફરીયાદો ચાલે છે. અત્યારે આપણે એવા અનેક દાખસા સાંભળીએ છીએ કે જેમાં બચ્ચું આડું અવનરે છે અથવા તો બાળકની માતાને પ્રસવ માર્ગ બદલ જ ઓછો વિસ્તૃત થયો હોય છે અથવા તો બાળકનું માથું હદ બહારનું મોટું હોય છે. આ બધું અકુદરતી બનાવ જેવું છે અને તેનાં ફળ બચ્ચાંઓને અને માતાઓને આપવા પડે છે. માતા ગર્ભસ્થાનમાં કંઈ નડતર કે નકામો પદાર્થ હશે તો ગર્ભસ્થાનમાં ગર્ભ ખોટી જગ્યાએ ઉછરશે, તેમ નહીં તો ગર્ભ રચા પગી નહીં કરવાના આહાર વિહાર કરવામા આવશે તો તેથી પણ ઉપર જ પરિણામ આવશે. અકુદરતથી ગર્ભસ્થાન અને પેટ આમ તેમ ખેંચાય છે અને તેના ઉપર બોજો પડે છે. જ્યારથી બાળક અવતરે તે જગ્યાએ જો નડતર બાકી હશે તો સુવાવડ વખતે સુસ્કેલી નડશે અને વળી બાળકમાં પણ નકામો પદાર્થ ભરાઈ ગયો હશે તો ખાસ કરીને માથું મોટું થઈ જશે. શરીરના તમામ સાધાઓ અને ભાગો સુજી આવ્યા હોય છે ત્યારે જન્મ આપવાની જગ્યાએ પણ અસાધારણ નડતર થઈ આવે છે. માટે જે સ્ત્રીઓમાં વધારાનો પદાર્થ ભરાયેલો હોય તેઓએ સુવાવડ દરમિયાન સોજે સો ટકા ભય સમજવો. જે સ્ત્રીના શરીરમા વધારાનો કચરો એકઠો થયો હશે તેમને સુવાવડ વખતે ઘણું જ દરદ થશે કેમકે જે ભાગોમાં કચરો ભરાયો હશે તે ભાગો ઉપર દબાણ ચલાયો તે ભાગો ઘણા જ ખેંચાશે. તંદુરસ્ત માતાને સુવાવડનો કશો ભય હોતો નથી પણ દરદી શરીરવાળી સ્ત્રીઓને જ ડરવાનું છે, કારણકે તેમણે કુદરતના કાયદાઓનો ભંગ કર્યો હોય છે. સુવાવડ વખતે હથીયાર વાપરતાં પડે અગર અંદર હાથ નાખવા પડે. એમાં ઘણું જોખમ રહેલું છે જે માટે એક દાખસો અત્રે રજુ કરીય.

૨૫ વર્ષની સ્ત્રીને બીજું વખત દહાડા રચા સુવાવડ વખતે બે દિવસ સુધી રાત અને દિવસ પેટમાં દુખ્યા કરે પણ બાળક અવતરે નહીં. દાકતરોએ તરેહવાર ઇલાજ

અગ્રભાવીને કહ્યું કે બચ્ચું ખોટી જગ્યાએ ભરાઈ બેઠું છે માટે બહાર નીકળી સફેદ નદી અને બાળકની મા મરી જશે. હથીઆરોનો ઉપયોગ કરવા દેવા કસ્તાં તે સ્ત્રીએ મરવાનું વધારે પસંદ કર્યું, પણ કુદરતના કાયદા મુજબ ૨૪ કલાકના વધારે દુઃખાવા પછી બાળક પોતાની મેળે અવતર્યું, પણ જે હથીયારો પહેલાં દાકતરોએ વાપર્યાં હતાં તેને પરિણામે આ બાઈ નવ આઠવાડીયાં સુધી બીજાનાંમાં બીમાર રહી અને આ બાઈ મરણ્યુત બાંધાની ના હોત તો જરૂર તે મરણ પામત અગર કાંઈ ખામી રહી જત. આ બનાવો બતાવે છે કે માણસ જાતની હિકમત અને કરામતો કરતાં કુદરત સૌથી વડુ સત્તા ભોગવે છે. મારું ધારણું તો એવું છે કે બનતાં સુધી બધું કુદરત ઉપર રહેવા દેવું તેજ ઉત્તમ છે; તે માટે કુદરતી સીટસ બાથ, ક્રીકશન-બાથ વિગેરે ઉપયોગમા લેવા પેટ ઉપર કાદવ અને માટીના લેપ કરવા ને બીના પાટા કરતા સારા છે. એકેકે કે બધે કલાકે માટી બદલતા રહેવું.

પ્રસવ પહેલા ઉતાવળથી વાડકાપ કરવાથી ઘણી ઓછોના નકામા થય ગયા છે. પ્રસવ પહેલા કુદરતી વર્તન અને કુદરતી કાયદા નહીં પાળવાથી તેની સખ તરીકે પ્રસવ વખતે મરવા તંદાર થવું પડે છે તે બધો વાક જાણનાર સ્ત્રીઓનોજ છે. જ્યાં જ્યાં મારા સીટસ બાથ અને ક્રીકશન-બાથ બરાબર લેવાયા છે ત્યાં ત્યાં કામ બરાબર નિરવિઘ્ને પાર પડ્યું છે. બધી બામતો કુદરત ઉપર છોડવામા આવે તો જે હાની થાય છે તે થતી અટકે. મારા ઇલાજોથી છેલ્લા કેટલાંક વર્ષોથી જે ગર્ભવતી સ્ત્રીઓ મારી રહી મુજબ કામ લે છે તેમની સુવાવડ ઘણી જ સહેલી થાય છે. મારા ક્રીકશન બાથ કેવું ઉત્તમ કામ કરે છે તે મારા ઉપર આવેલા મંખ્યાખંધ ઉપદાર પત્રોથી જણાઈ આવશે. પહેલાંથી જ ઉપાયો લઈ સુવાવડ વખતે હોતે ન મરવું-તે ઉપાયો કર્યા વગર ગમે તેમ વરતી સુવાવડ વખતે મરવું તે કરતાં કેટલું બહેતર છે. જેઓ સહેલી સુવાવડ ઇચ્છતા હોય તેમણે ગર્ભાધાન કરતાં પહેલાં પોત પોતાના શરીરમાંનો નકામો કચરો કાઢી નાખવો જોઈએ જ. આ બધું મારા ઇલાજોથી ધણું જ સહેલાઈથી બને છે.

એક બાઈ મારી સારવાર હેઠળ હતી. તેને આતરણનો સંધિવા હતો અને તેના પેટમાં વધારાનો કચરો જામી ગયો હતો, તેને પાચેક બાળકો થયાં હતાં પણ દરેક સુવાવડ વખતે તેને જે જે અને ત્રણ ત્રણ દિવસ સુધી દરદ અને દુઃખાવો થતો હતો. છઠું બાળક પેટમાં રહેતાં તેણે મારો ઉપાય અજમાવ્યો. અને ક્રીકશન બાથ ચાલુ લીધા તો તેથી તેને વગર દરદે માત્ર એક જ કલાકમાં સુવાવડ થઈ. આથી તે બાઈની કુદરત ઉપર વિશ્વાસ વધ્યો. આ બાઈને ઉપલી છેલ્લી સુવાવડ વખતે વેણે એવી ઝડપથી આવવા લાગી કે તે ઘણી ખુશ ખુશાલ બચ્ચાને જન્મ દઈ શકે. આ સુવાવડથી તેણી એટલી બધી ખુશ થઈ ગઈ કે તે મારા પાસે આવી. મને કહેવા લાગી કે જે આટલી સહેલાઈથી જણી શકવું હોય તો કેવી જાન. હવે મારી ઉમર તો પાંચી જવા આવી છે અને મને વધુ બચ્ચાં થવાનો સંભવનથી પણ આ છેલ્લી સુવાવડ વખતે મને બહુ જ ધાવણ આવે છે. આગલી દિવસ પણ સુવાવડમાં ધાવણ આવતું નહોતું. આ બાઈને પોતાના શરીરમાંનો વધારાનો કચરો કાઢી નાખવા કેટલોક વખત મારા ઉપાયો ચાલુ રાખ્યા. એક બીજી સ્ત્રીએ મારા ઇલાજ લીધાથી માત્ર અરધા કલાકની પીડા પછી બચ્ચું અવતર્યું. ૧૮૯૦ના સપ્ટેમ્બર મહીનામાં એક પાઈ અને સખી જણાવે છે કે હું ૨૮-વર્ષની છું અને ૧૫ વર્ષની હિમ્મરની. હતી ત્યારથી

પેદુ અને મુનાસપના દગ્દથી હું હેરાન થતી હતી. હું ઇસ્પીતાવમા ગઈ ત્યાં એકને બદલે બીજું દરદ ઉમરામ આબુ અને મને પેદુમાથી લોકી પડવા લાગ્યું. માગથી નહીં ઉઠાય કે નહીં બેસાય એટલું સખત દગ્દ થાય ત્યાંથી બીજી ઈસ્પીતાલમા ગઈ તો ત્યાં પણ માડ દરદ મટ્યું નહીં અને ડોકરો મારી ફરીયાદનું મૂળ શોધ્યું નહીં આ પ્રમાણે મેં દરેક ઇસ્પી-તાલો બદલી પણ મારા દરદનો છેડો આવ્યો નહીં ! યોડો વખત મુઠ્ઠી મને રાહાત મળતી-ઠીક રહેતું-પણ પાછું એતું જો દરદ ઉમરી નીકળતું. ચેમનીટસની ઇસ્પીતાલમા હું ત્રણથી વધુ મહીના રહી જ્યાં માગ ઉપર સેલ્ફીલીક એમીડ અને ડ્યુનર કેસ્ટ્રીક પણ અજમાવ્યા. પાટા, બંધાણ, પેતા અને પીજળી પણ વપરાણી. ૧૮૮૦ માં લીપગ્રીક ખાતે મધ તો ત્યાં પણ મારે ઇસ્પીતાલમા ગંહેવું પડ્યું. ત્યાં ચાર અઠવાડીઆ સુધી મારા ડુપા બાગની સારવાર કરવામાં આવી પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. તે પત્રીના ચાગ વર્ષ સુધી લીપગ્રીકના એક દાકતરની દવા મેં લીધી. તેણે માગ ચલાય અને ગર્ભસ્થાનના મોઝાને મુકાવ્યો અને ત્રણ વરો સુધી લાગત ફી-એન્સનાદ ખાતે મોકલી જ્યાં મેં દાદવ માટીના બાય લીધા અને ત્યાં પાણી પીવું. દશાથી દાયમનો લાભ થયો નહીં. આખરે મારા ઉપર રાન્ક્રીયા કચવાની સલાહ મળી અને લીપગ્રીકનાડોએ ઇસ્પ્રયોગ કર્યો. યોડો વખત ઠીક પાછું તેમતું તેમ. તે પત્રી મેં ઘણા દાકતરો બદલ્યા પણ બધાએ ચાક્યા. આખરે તમારા પામે આની અને તમારા ઇલાજને અજમાવ્યા. હેવા બે વર્ષ ઉપર મેં તમારી સારવારનો લાભ લીધો અને પડેયેજ દિવસે માડ દરદ દૂર થયું હતું અને ચાગ અઠવાડીયા પત્રી હું કામે વળગી હતી. તમારી રીઠી મેં ચાગ રાખ્યાથી અત્યારે બે વર્ષ વીતી ગયા છતાં હું તંદુરસ્ત અને મજબુત છું. તમારો ઉપાય ક્યાંને એક વર્ષ થયા પત્રી મેં પરંજુવાતું નક્કી કર્યું. મારા સગા સ્નેહી-ઓએ મને તેમ કરવાની ના પાડી અને દાકતરોએ કહી દીધું કે જો દહાડા રથા તો પ્રસવ સલીમલામત થશે નહીં. તમારી સલાહ લીધી અને તમાગ ઉપચારો ચાગ રાખ્યા પત્રી પગણી, ગર્ભવતી થઈ અને તમે કશું તેવું વર્તન ગમ્યું અને મુલાણીની મદદ વગર મેં તો બાળકને જન્મ આપ્યો. આ બધું તમારી રીટીના પ્રનામે થયું છે.

મું. લીપગ્રીક.

લી. મીનીમ લુખ્મ બી.

મુવાવડ પત્રી શું કરવું Vallabjee Khan

એક શ્રી તદુસ્ત હોય તો તેણે મુનાડ પત્રી શું કરવું અને શું નહીં કરવું તે કહેવું કાઠ છે. જનવરોમા છે તેમ ડેટલીક જ મવવાની સ્ત્રીગોમા પણ એવું જોવામા આવે છે કે જન્મ આપ્યા પત્રી માદાઓ તરતજ પોત પોતાને કામે લાગી જાય એ બ્યારે સુધ-રના દેશોમા કે સુધરેલા જમાનામા સ્ત્રીઓને મુનાડમા ૪૦ કે તેથી વધુ દિવસ સુધી મુવાડી રૂકવામા આવે છે આગલા જમાનામા મહુ તો ૯ દિવસ મુવાડી ગમવામા આવતી પણ હવે તો તે મુદત દિવસે દિવસે વધતી જાય છે. તે માત્ર એટલુંજ બતાવે છે કે સ્ત્રી-ઓની હાલત નમળી થતી જાય છે તેને લીધે તેના અંદરના અવયવો, જલદીથી પોતાની અંસવ હાલતમા આવી જતા નથી અને તે અવયવો અસવ હાલતમા આવી જાય નહીં ત્યાં સુધી ઉઠવું એમવું બય બરેલું છે.

મારા ઇલાજ મુજબ હું કહીશ કે જેવો બચ્ચાને જન્મ આપવામાં આવ્યો કે સ્ત્રીએ જોઈએ એટલે આરામ લેવો અને પછી ફીડરન-સીટસ બાથ લઈને પોતાનું સંપૂર્ણ શરીર ઘોષ નાખવું. પાણી બહુ તો ૭૩ કે ૭૫ ડીગ્રી ગરમ રાખવું અને બેસવાની જોડકથી બહુ તો ત્રણેક ઇંચ જેટલું ઉંચું રાખવું. બાથ પછી પેટ ઉપર એક પાટો બાંધવો. આ પાટો કેમ બાંધવો તે માટે આકૃતિ ૨૦ મી જુઓ.



પાઠનો એક છેડો બારણાં સાથે બાંધેલો છે બ્યારે બીજો છેડેથી સ્ત્રી પોતાના પેટ ઉપર પાટો બાંધે છે. આ પાટાથી અંદરના ભાગોને મજબુત ટેકો મળશે અને સ્ત્રી પોતે છુટથી ફરી શકશે. આ પાટો ૩-૪ અંકડાડીયાં સુધી બાંધી રાખવો. તાવ આગ્યા જેવું થાય તો ઉપર કલ્લા મુજબ બાય લેવા એટલે પરસેવો મળશે.

બનતાં સુધી બાળકને માતાએ પોતેજ ધવરાવવું. બાળકને બહારના બનાવટી કોથ પણ ખોરાકની બિલકુલ જરૂર નથી. માએ સાદો, હલકો અને કુદરતી ખોરાક લેવો અને ખરેખરી રૂચી થાય ત્યારેજ ખાવું કે પીવું. આની રીતે વર્તવાથી તંદુરસ્ત માતાઓને પુષ્કળ ધાવણ આવશે.

બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં ?

કુદરતનું બારીક અવલોકન કરતાં માલમ પડશે કે મા અને છોકરાનો સંબંધ બહુ નજીકનો છે. નાનપણમાં ઘણું ભાગે બાળકને માની પાસેજ રહેવાનું હોય છોકરાશુકે માની હુંફની બાળકને ઘણી જરૂર છે. બાળકને માથી દૂર રાખવું તે મોટી ભૂલ છે. આ અગત્યની બાબતને ઘણી માતાઓ વીસારી મૂકે છે.

એક કુટુંબમાં બોલાવવાથી હું ગયો. ત્યાં ત્રણ અંકડાડીયાના એક બાળકને મેં જોયું. તે પારણામાં જ પીને સુતેજ નહીં. આથી માને ઘણી શીકર થઈ. માને ખખર પડે નહીં કે બાળકને શું થયું છે. મેં પારખી લીધું કે બચ્ચાનો ઝડો કમળે થઈ ગયો છે અને પેટ બગાયું છે. તેને માની હોડની હુંફ-ગરમી-ની જરૂર હતી જેથી મેં બલામથ કરી કે પારણામાં નહીં પણ તમારું પડખામાં સુવો. વળી મેં રોજના ત્રણ ક્રીકલન હીપમાથ આપ્યા. આમ કરવાથી બાળક તરતજ સાજું થઈ ગયું.

અગાઉ જણાવી ગયો તેમ આ જમાનામાં ઘણીકે માતાઓ પોતાનાં બાળકોને ધવરાવી શક્તી નથી છોકરાશુકે તેમના થાનમાં ધાવણ હોતું નથી. ધાવણ વગર બાળકનું શરીર ખીસતું નથી. માતું નહીં તો ધાવતું દુધ ધવરાવવું સાદું છે. પણ ધાવ કેવી હોય અને કેવી ન હોય તેની શું ખખર પડે. ધાવ કે ધવરાવનારી નર્સના શરીરમાં વધારાનો પદાર્થ એકડો થઈ ગયો હશે તો સમગ્ર રાખવું કે બાળક બહુ દુઃખી થશે. નર્સ કે ધાવ કેવી છે તે મારા સાયન્સની રીઠી ઉપરથી હું તેનો અંદેશો જોઈનેજ પારખી કાઢું છું. સારી તંદુરસ્ત ધાવ ન મળે તો માથનું દુધ ગરમ કરીને ફારીને પાવું. દુધ ગરમ કરવું પણ ઉકાળવું નહીં. બહુ ઉકાળેલું દુધ કઠાર જવાથી પચવું ભારે પડે છે માટે એકાદ ઉમરો આવે કે દુધને ફારી નાખવું. દુધને બદલે બાળકોને અનેક બનાવટી ખોરાકો આપવામાં આવે છે પણ તે ખોરાક સ્હેલાઈથી પચી શકે તેજ આપવો સારો છે. ઉકાળેલા દરતાં વગર ઉકાળેલું દુધ જલદી પચી શકે છે અને પાચનશક્તિ સારી હોય તો ગરમ કર્યા વગરનું દુધ વધારે સાદું, છોકરાશુકે જરૂર રસ જોવી બળવાન ચીજને ફારી નાખી માત્ર સારો ભાગ પોતે લઈ લે છે.

બચ્ચા માટે દિવસે દિવસે નવા નવા ટુક-ખોરાક-નીકળના બન્ય છે. આવા ખોરાકો અને સત્વે બાળકોની પાચનશક્તિને બગાડી નાખે છે છોકરાશુકે તેથી હોઝરી કુતે છે, જઠરાગ્નિ રૂધાવ છે અને બેચેની ઉત્પન્ન કરે છે. બનાવટી ખોરાકોથીજ બાળકોમાં મરણ પ્રમાણ

વધી ગયાં છે અને બાળકોમાં જે અનેક રોગ જોવામાં આવે છે તેનું કારણ પણ આ બનાવટી કુટો-ખોરાકો જ છે. ઉલ્લેખાં દુધ કરતાં આમાં બનાવટી કુટો-ખોરાકો કે જે મોટે ભાગે સડી ગયેલા જ હોય છે તે વધારે નુકસાન કરે છે.

બાળકને માતું ધાવણ નહીં મગવાથી બહુજ દેરાન થવું પડે છે. બનાવટી કુટોથી હોજરી બગડે છે. બાળક માટે કુદરતનું ફરમાન તો એવું છે કે તેના પેટમાં જે દુધ જાય તેને બહારની હવા નહીં લાગવી જોઈએ. મનલગ કે માતું ધાવણ જ ધવરાવવું જોઈએ. દુધ તો પેટમાં ગયા પછી શરીર જાય છે પણ ધાવણ શરતું નથી. માતું દુધજ ખઈ દૈવત અને પોપણ આપે છે. દુધ જેટલું હવાના સમાગમમાં આવે એટલું પચવામાં ભારે. આથી ઉતરતું દુધ ગાયનું છે પણ તે તદ્દન તાજું હોવું જોઈએ અને વળી ગાય પોતે તંદુરસ્ત હોવી જોઈએ. જડી અને માતેથી ગાયનું દુધ ખગમ હોય છે કારણકે જડાપણું તે વધારાનો ક્યારોજ છે. હાલના જમાનામાં તંદુરસ્ત ગાયો મળતી નથી તો તદ્દન ચોખું દુધ તો ક્યાંથીજ મળે? ગાય કે દુધ સારાં ન હોય તો યુરોપ જેવા દેશોમાં એટ નામનું અનાજ ચાપ છે તેની કાજ પાવી સારી છે. આ કાજમાં મીઠું, ખાક કે માખણ નાખવુંજ નહીં. જવના દાણાને ખરાખર સુકવીને કરેલો લોટ વપરાય છે પણ તે બાળકો માટે ઉત્તમ ખોરાક નથી. શેકેલા કે તાજા જવના લોટની કાજ વપરાય છે. બાળકોને કેમ ઉછેરવા તે વિશે મેં એક નાનું પુસ્તક લખ્યું છે, જેમાં પુરતી સમજણ આપવામાં આવી છે.

આજના જમાનામાં ઘણું મામાપો પોતાના બાળકોને ઉછેરવાનું કામ ઘણું કંટાળા ભરેલું લેખે છે તે બહુ શોક્ષ્ણનક બીના છે. કેટલાક મામાપો બાળકો માટે ઘણીજ કાળજી રાખે છે છતાં ચાલ ચલણમાં ખરાબ હોય છે અને મજા ખીલી શકતાં નથી. કેટલાક પોતાનાં બાળકો માટે ઘણી ઘણી મહેનત લે છે પણ તેઓ સુધરતાં નથી. તેનું કારણ એવું નથી કે એ તો એવોજ જમાનો છે. આ માન્યતા ખોટી છે. ખઈ કારણ તો એ છે કે યુવાન બાળકોમાં વધારાનો ક્યારો ભરેલો હોય છે જેથી તેનું શરીર અને મન બગડેલાં રહે છે. તે ક્યારો કાઠી નાખવામાં આવે તોજ કુદરતી બક્ષીસો મળે. ખરાબમાં ખરાબ છોકરાં મારા ઉપચારોથી સુધર્યા છે. જે બાળકો જાણી શકતાં નહોતાં તેમના શરીરનો નકામો પદાર્થ કાઠી નાખ્યા પછી તેઓ વિદ્વાન થઈ ગયા છે એવા અનેક દાખલા મારી પાસે છે. દરેક મામાપ મારી રૂઢી સમજતાં હોય અને ચહેરો જોઈને રોગ પારખવાની મારી વિદ્યા સમજતાં હોય તો બાળકો ઉછેરવાં એ તો માત્ર ગમ્મન અને મોજ છે.

મારા સાયન્સથી બાળકોના શરીરમાં વધારાનો ક્યારો એકડો થયો છે કે નહીં તે પારખી શકાય છે અને તેનો ઇલાજ લઈ શકાય છે. તંદુરસ્ત બાળકો કદિ કંટાળો આપતાં નથી કે પન્નવતાં નથી પણ સદા આનંદ આપે છે. આ બધું સમજતાં હોય તો મામાપો બાળકોને ઉછેરવામાં કંટાળે નહીં પણ આનંદ માને.

એક બીજી મુખ્ય બાબત એ છે કે બાળપણમાં છોકરોને વિષય લાલસા ઉત્પન્ન થાય છે જેથી તેઓમાં કુટેવો દાખલ થાય છે અને આડે માર્ગે દોરાય છે. લોકો તે ઉપર લાક-પીછોડો કે અખાડા કરે છે પણ તેથી તો વળી વધારે બિગાડ થાય છે. સુધારોજ કરવો હોય તો વળી શરમાવું કેવું? જનવરોમાં વિષય વાસના વધે છે તો જરૂર તેઓમાં રોગ કાઠી નીકળે છે. ખઈ કાણ જાણ્યા વગર આપણા લોકો તરેહવાર હડાપણોળના ઇલાજો

અજમાવે છે પણ તે ખોટું છે. શરીરમાં ખરાબ લોહી એકઠું થાય છે ત્યારેજ હવસ ઉત્પન્ન થાય છે. વિષયની તૃપ્તિ માટે ગમે તે ઇલાજો લેવાનું મન થાય છે કારણકે ખરાબ લોહી ઉકળ્યા કરે છે! અરે તેમ થાય છે તેથીજ અનેક કુટેવો પડે છે. છોકરાઓમાં કુટેવ પડે ત્યારે માનવું કે તેનાં આંતરડાંઓમા વધારાના કચરાવાળું લોહી એકઠું થયું છે. મારા ઉપાયોથી લોહી સાફ થવાથી કુટેવો મટી જાય છે. કેટલાંક બાળકો પોતાના ખાનગી ભાગોને ગમે તેમ ચુંચે છે અને તે માટે માખાપો તેને સજ્જ કરે છે પણ સજ્જ કરવાથી ક્ષય વળતું નથી. તેમ કરવાનું ખરૂં કારણ નાણુદ થવું જોઈએ. બહારની ધાકથી બાળકોને અંદરના હવસ-વિષયલાલસા-તો જતોજ નથી. મારા અનુભવથીજ હું કહી શકું છું કે ક્રીકશન-બાયજ એ માટે ખરો ઇલાજ છે. એ બાથ સાથે સાદો પચી શકે એવો કુદરતી ખોરાક આપવો. આ પ્રમાણે વર્તવાથી બાળકોમાંથી હવસ-વિષય લાલસા-જતી રહેશે. હરત બેથુન-હાથરસ-ની જુરી ટેવ શરીરમા વધારાના પદાર્થના સંચયથીજ પડે છે. આ કચરો કાઢી નાખવાથી તે ટેવ અને તેના વિચારો નાણુદ થાય છે.

આ પ્રમાણે મારી સીસ્ટીમ મનુષ્યજાતની નીતિ રીતિ ઉજ્જવળ અને નિષ્કલંક રાખવાને માટે સર્વોત્તમ છે. તેથી ભવિષ્યની પ્રજા ઉન્નતિ પામે છે. મારી દલીલો એટલી અગત્યની છે કે તેના ઉપર દરેક માણસે ધ્યાન આપવું અને મારા આ સત્ય સિદ્ધાંતને ગળે ઉતારીને તેની સત્યતાની પોતે ખાત્રી કરી લેવી એ દરેક માણસની ફરજ છે.



ભાગ ૪ થો.

સાજી થયેલાં દરદીઓના હેવાલો

: ! અને

તેઓ તરફથી મળેલા ઉપકાર માનનારા પત્રો.

મારા ઉપાયો કેવા કાર્યસાધક અને અકસીર નિવડ્યા છે તે વિષે વિષે દૂર દેશ-
શાવરોમા રહેતા માણસોની ખાતરી કરવા માટે મને મળેલા ૧૦૩ થી વધુ હેવાલો અને
પત્રોની ખરી હકીકત અહીં હું રજૂ કરું છું. મને મળેલા આ સર્ટિફિકેટો-પ્રમાણ પત્રો-
મારે વગર માગ્યે મને મળેલાં છે. સાજી થયેલાં દરદીના હેવાલો અને ઉપકાર માનનારા
પત્રો વાંચનારાઓ મારી આ વિધાનો ફેલાવો દુઃખદરદી પીડાનાં માણસોમાં કરો એમ
હું ઇચ્છું છું.

પત્ર નં. ૧ લો. સામાન્ય નબળાઈ, અનિદ્રા, આંતરડાંનો સોજો, અને પથરી-
મીસીસ આદિ ને એટલી બધી કમજીર રહેતી કે દવાઓ અને પાણીની પીયકારી-અસ્તી
વગર તેને ઝાડો ઉતરતોજ નહોતો. સાથે સાથે તેણીને પથરી પણ હતી જેથી પેટમાં દુઃખાવો
રહેતો. તેની બૂખ અને ઉંચતો ઉડીજ ગયાં હતાં. ઘણો વખત ગયા પછી દાકતરોએ ચત્ર-
ક્રિયા વડે પથરી કાઢવાનું કહ્યું. તે બાદ મારા પાસે આવી. મેં રોજના ૩ થી ૫ ક્રીક.
શન બાથ, અઠવાડીયાના એકાદ સ્ટીમ-બાથ અને કુદરતી હલકા સાદો ખોરાક એ પ્રમાણે
ઉપચારો કર્યા. તેથી પહેલાજ અઠવાડીયામાં કાયદો જણાયો. બીજા અઠવાડીએ ઉંઘ આવવા
માડી અને બૂખ ઉઘડી. ત્રીજા અઠવાડીએ શાન તંતુઓની નબળાઈ દૂર થઈ. ચોથા અઠ-
વાડીએ દુર્ગંધવાળો કાળો મળ અડમા દેખાયો. શરીરનું વજન ૩૦ સ્તલ થયું અને પેટ
મોડું હતું તે કુદરતી થયું. પથરી પીગળીને પેસાળદારા નીકળી ગઈ. સાતમે અઠવાડીએ
આ બાદ તદ્દન સાચું થઈ.

પત્ર નં. ૨ જો. ધાસનળીની શરદી, ઠંડા પગ, પેટની ફરીયાદ, લીવ-
રનું ફરફ-એક વાળા મી એચ. ઉગર વર્ષ ૨૭. આ માણસને મારાં ક્રીકશન-લીવ-
બાથ અને તે પછી ક્રીકશન સીટસ-બાથ તથા સાદો ખોરાક આપ્યાથી તેના ઉપલા રોગ
મટી ગયા. પેટ તો બીજા દિવસથીજ સુધરવા લાગ્યું. ત્રણ અઠવાડીયામાં તમામ દુઃખ
નાશુદ થયું. પગને માટે કાંઈ લગાડવા વિના કુદરતી ગરમી તેમા આવી અને તે ગરમ થયા.

પત્ર નં. ૩ જો-કેન્સર-નાસુર-આગીલનો ૨૫ વર્ષનો એક યુવાન શરીરે આદાં
નીકળવાથી પીડાતો હતો. આઠ વર્ષથી તે વધ્યે જતા અને ગરદનથી પેટ સુધી પહોંચ્યાં
હતાં ખોરાક ખાધા પછી દરેક ગાડો અને આદામથી લોહી વહેતું. તેના ગળામાંથી એવી
ખરાબ બદ્ધો છુટતી કે કોઈ પણ માણસથી તેના પાસે ઉભી રાકાવજ નહોતી. આ માણસે
આપઘાત કરવાનો વિચાર કર્યો અને તે મારા આગળ આવ્યો. મારા ઇલાજેથી પહેલા

ત્રણ મહીનામાં કેન્સરની ગાંઠ પીગળવા લાગી અને તેથી તેને ઘણુંજ દરદ થતું અને વળી દિવસે દિવસે કેસ બગડતો હોય એવું લાગ્યું. મારા ઉપાયો ધિરજથી ચાલુ રાખ્યાથી આ માણસ એક વર્ષમાં તદ્દન સાજો થઈ ગયો. આજે તે માણસ મારા સાયન્સનો એક સુસ્ત દિમાપતી છે.

પત્ર નં. ૪ થો. કમળો, નળજાઇ, માથાનો દુઃખાવો—લીપટીકની મીસીસ એલ. ની ૧૩ વર્ષની ઉંમરની પુત્રીને ૧૮૮૭ ની વસંત ઋતુમાં ઉપલાં દરદો જણાયાં. કમળા વિગેરેથી શરીરમાં ગરમી બેઠક વધી ગઈ અને તાવ સપ્ત થયો. શરીરમાં નકામા પદાર્થોનો અડેલો ઉંમરો દારી નાખવા માટે એ રોજના ૭ ક્રીકશન-બાય અને સાદો ખોરાક આપવા માંડ્યો. પખવાડીયામાં કમળો મરી ગયો અને સાંજ થઈ ગઈ.

પત્ર નં. ૫ મો. હાડકાંનો ક્ષય-ડમ્પલ્યુ. ના મી. એ. એચ. હાડકાંના ક્ષયથી પીડાતા હતા. આઇડોફોર્મ, કાર્બોલીક એસીડ, કોરોસીવ સપ્લીમેન્ટ વિગેરે ઉપાયો ૯ મહીના સુધી કરી જોયા પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. જન્મે પગ ઉપર ઘણી વખત શસ્ત્રપ્રયોગો કરવામાં આવ્યા હતા અને હાડકાના કેટલાક ટુકડા કાપી કાઢવામાં આવ્યા હતા. આથી કરીને દર-દીની હાલત એવી થઈ પડી કે તે હાપી ચાલી શકે નહીં, આ કેસ મેં હાથમાં લીધો અને ત્રણ મહીનામાં પગ ઉપરના સોજા ઉતર્યા અને જાગી જોય મુજેલાં હાડકા મજસુત અને પાતળા થયા. તે પછી તે હાલતો ચાલતો થઈ ગયો.

પત્ર નં. ૬ થો. ખોડાવું, લગડાવું વિગેરે—કે. ખાતેનો ઓસવાદક જેડ નામનો ૧૨ વર્ષનો એક છોકરો શરદી અને ખાસીથી પીડારા લાગ્યો. લાંબા મહવાડ અને દવા-દારથી તે એટલો તો અકશ્ય ગયે કે તેનાથી ન ઉઠાય કે ન ફગવ. પગતો સાવ અકડ થઈ ગયા. મેં તેના પગને માટે તો કાંઈ કર્યું નહીં. માત્ર ક્રીકશન-બાય આપ્યા કર્યો. ૧૫ દિવસમાં તે છોકરો લાકડી કે ઘોડી વગર ચાલવા લાગ્યો અને સખ્ત થઈ ગયેલું માસ મહીના પછી નરમ પડ્યું અને લર્જાવાલું મરી ગયું. છ મહીનામાં તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

પત્ર નં. ૭ મો.—નળજાઇ, પીઠમાં દરદ, હાથપગ ઠંડા, લોહીની અછત—આ બધા દરદો મુધારીને એક બાઈની સુવાવડ મેં રહેલી કરી આપી. પી. નજીકના ડમ્પલ્યુ. ખાતેની મીસીસ ઈ. ઉપવા દરદોથી પીડાતી હતી અને વળી સગર્ભા હતી હું રોજનો એક હીપ-બાય અને બે ક્રીકશન-બાય-આપતો અને પછી તે તકડમાં બેસતી. ખોરાક તદ્દન હલકો આપતો. એક અડવાડીયા પછી તે બાઈ મારી પામે શરીરથી આરી અને તેણે મને જણાવ્યું કે તમારી સલાહ મુજબ વર્તવાથી મને ઘણો પ્રયોજ થયો છે. થોડા મહીના પછી તે બાઈને સુવાવડ આવી જે ઘણીજ સરળતાથી થઈ અને દરવખતે જે હેરાનગતી તેને ખમી પડતી અને સુવાવડ પછી જેલોહી જતું હતું તેમાંનું કાંઈ આ વખતે નહોતું. ધાવણુ પણ પુગતા નરથામાં આવતું હતું. આ પ્રમાણે તે બાઈની તબીબત દરેક રીતે સુધરી ગઈ હતી.

પત્ર નં. ૮ મો.—ગડગુમડ-આથરે ૬ વર્ષની ઉંમરની મ્. કે. નામની એક છોક-રીની ગરદન ઉપર ડાબી બાજુએ ગાંઠ હતી જે આગળ જતા વધીને ઇંડાના કદ જેવડી થઈ. મેં તેને રોજ હીપ-બાય અને ક્રીકશન-બાય આપ્યા અને અડવાડીયામાં બે વખત રટીમ-બાય આપ્યો. આ પ્રમાણે ત્રણ અડવાડીયા ચાલુ રાખ્યા પછી તે છોકરીને રટીમ-બાય લેતા ગુમડને લીધે અડચણ પડ્યા લાગી જેથી ગરમ પાણીનો સુંગે શેક આપવામાં

આખો. શુભદુઃ શટ્થુ અને પદ વહેવા લાગ્યું અને નજીકમાં બીજું શુભદુઃ થયું તે પશુ વહેવા લાગ્યું. એક મહીના પછી બધું સાફ થયું અને પાંચ આંધવાડીયાં વિત્યા કેડે તો તે છોટરી નિશાને જવા લાગી. ગરદન ઉપર શુભકાની નિશાની પણ રહી નહીં.

પત્ર નં. ૯ મો. છાતી અને નાકનું નામુર—લીપટીક પાસે રીયુડનીટસના એક કસાઈની સ્ત્રી મીસીસ એસ. ને ઉપરું દરદ થયેલું તે માટે અનેક ઉપાયો દરેલા પણ બધા ફાગટ ગયા હતા એટલે તે મારી પાળે આવી. મેં તેને જોઈનેજ ક્યું કે તમારી હાલત ખરાબ છે. અરધું નાક તો ખવાઈ ગયું હતું. કપાળ ઉપરને ગડ શટફટ થઈ રહ્યા હતાં. છાતી ઉપર સોજો ચડ્યો હતો. મેં મારા ઉપાયો ચાલુ કર્યા અને ધાર્યા કરતાં જલદી ફાયદો થયો. પ્રથમ કપાળ ઉપરના ગડ મટી ગયાં અને છાતી ઉપર રૂઝ આવવા લાગી. થોડાક મહીના પછી તખી-યત સુધરી અને નવ મહીના પછી તદ્દન આરામ થઈ ગયો અને બીજી તંદુરસ્ત સ્ત્રીઓની પેઠે પોતાને દાખે વળગી.

પત્ર નં. ૧૦ મો-પગ ઉપર ખુફાં શુભકાં-મારી રૂઢી મુજબ પોતાને કેટલો ફાયદો થયો ને બ્રાહ્મીલના એક રક્ષક માસ્તર મી. એફ. લખી જણાવે છે કે સાત વર્ષથી મને પગ ઉપર ખુફાં શુભકા થવા કરતાં હતા અને મારી ખરી મહેનતના બધા પૈસા દવામાં જતા હતા. કોઈ પણ ઇલાજ લાગુ પડ્યો નહીં. એક પ્રસંગે તમારું પુસ્તક અચાનક મારા હાથમાં આવ્યું અને તે વાંચી તમારી રૂઢીના ઇલાજો અજમાવ્યા. મેં ફક્ત હોપ બાય લીધા અને એક વર્ષ પછી હું તદ્દન સાજો થઈ ગયો. આ માલુમે ફ્રીક્શન બાય લીધા હોત તો જલદીથી સાજો થાત. તેણે પોતાનો આ હેવાલ પોર્ટો એલીઝે ખાતે પ્રગટ થતા એક જર્નલ વર્તમાન પત્રમાં પ્રગટ કર્યો હતો.

પત્ર નં. ૧૧ મો-મૂત્રાશય અને મૂત્રમાર્ગનો રોગ, જલદર અને લીવરનું દરદ—પી. ખાતેની મીસીસ બી. ઉપલા દરદોથી પીડાની હતી. ઘણા ઉપાયો કર્યાંથી અને દવાઓ ખાધાથી કંઈ ફાયદો થયો નહીં એટલે તેણે મારા ઇલાજો કર્યા. મેં તેણીને રોજ હોપ-બાય અને ફ્રીક્શન-બાય આપવા માંડ્યા અને ખોરાક પણ તદ્દન કુદરતી હલ-ટોજ આપ્યો. દરદ જતા જતાં વધુ દુઃખ હેતું ગયું અને વચમાં તેણીની તખીયત બહુજ ખરાબ થઈ. તેની પુત્રીએ તેણીને બરાબર સમજાવી નહીં હોત તો અધવચ્ચોજ તે મારા ઇલાજો પડતા મૂકત. આખરે તેની ધિરજનો બદલો મળ્યો, તેનું દરદ ધિમે ધિમે નરમ પડ્યું. સાઠ થઈને મારી આગળ રિપોર્ટ કરવા માટે આવી ત્યારે કોઈ માતેજ નહીં કે આ બાઈને આવાં ભયંકર દરદો થયાં હશે.

પત્ર નં. ૧૨ મો—હૃદય રોગ અને આંખો આગળ કાળા ડાઘા. કોઈ પણ માલુસને ઉપરથી કાંઈ પણ કર્યા વગર આંખો આગળ કાળા ડાઘા દેખાય ત્યારે જાણવું કે તેના સરીરમાં પુરકળ કયરો એકરો થયો છે કેમકે એ બહારના પદાર્થોથી જંતુઓ ચાપ છે તે આંખો આગળ બરાબ પેસે છે જેથી એવી રીતે ત્યાં કાળા ડાઘા દેખાય છે. સીસ્ટ-મને સારી દરવાથી તે પશુ દૂર થશે. તેના પુરાવો બી. ખાતેના મી. એફ. એચ. સોડી-સીટર કે જેને પણ જડ પાલી બેઠેલા હૃદયના દરદમા મારા ઇલાજોથી ફાયદો થયો હતો તે ઉપરથી મળી આવે છે.

પત્ર નં. ૧૩ મો—ઝાડા અને મરડો. મીસીસ બેલડયુ નામની અમેરીકન બાલુ

ઝાડા અને મરડાથી પીડાતી હતી. ચાર વર્ષ વીતી ગયા પણ દરદ મટે નહીં અને મંખ્યાબંધ વેદોના ઇલાજો દારૂગ લાગ્યા નહોં. મેં પચી રાત્ર એવો જોરાક આપવા માંડ્યો અને ઠંડા ક્રાકશન-આથ રોજના ત્રણ અને દર અઠવાડીએ ત્રણ સ્ટીમ બાય. ત્રણ અઠવાડીયાંમાં બધું દરદ મટી ગયું.

પત્ર નં. ૧૪ મો—લીવરલુ' દરદ, આંતરડાંનો સોજો, પગ ઉપર પરસેવો વળવો વિગેરે. ડી. ખાતેના મી. એમ. લામા વખતથી ઉપલાં દરદો ભોગવના હતા. દાકતરોની દવાથી કાંઈ વળ્યું નહી. સપ્ટેમ્બર મહીનામા તેણે મારા ઇલાજો રાત્ર ક્યાં અને એકદમ કામદો થયો. પ્રથમ તો પાચનશક્તિ સુધરી અને વધારાનો પદાર્થ બહાર નીકળી ગયો. બે મહીનામા તેણે વજન ૧૫ રતલ ઘટ્યું. આ પ્રમાણે તેના શરીરનો વર્ધોથી જામી ગયેલો ક્યારે બહાર નીકળી ગયો અને પગનો પરસેવો ગંધ મારતો હતો તે હવે કુદરતી થઈ ગયો.

પત્ર નં. ૧૫ મો—બરડાની કરોડનો ક્ષય. એમ. ખાતેના એક કંપોઝીટર જેણું નામ એમ. હતું તે બરડાની કરોડના ક્ષયથી પીડાતો હતો. લીવરલુની યૂનિવર્સિટીના ક્લીનિકના દાકતરે કહી દીધું હતું કે તારૂં દરદ સાફ થશે નહીં. એક વર્ષ તો તે હોસ્પિટલમા પડ્યો રહ્યો. તે નિરાધાર થઈ ગયો અને સગા વહાલાં તેને ખાવડું આપતા. મારા ઇલાજોના વખાણુ સાંભળી તે બાપડો બે ઘોડીના ટેકાથી આવતો મારી પામે આવ્યો. આ વખતે તેની હાલત ઘણી બગડેલી હતી. મેં તેને તપાસ્યો તો તેના બરડામા બહારનો ઘણો પદાર્થ જામી ગયેલો માલૂમ પડ્યો. તેના શરોરમા ગરમી પણ ઘણી હતી. મેં તેને ૬૮ અને ૭૨ ડીગ્રી સુધીના હીપ-ગાય આપ્યા. જોરાકમા માન ફૂલો અને શાકભાજી, ગ્રીન્ડ ચોચે અઠવાડીએ એકાદ સ્ટીમ-બાય પણ આપ્યો. ત્રણ મહીના પછી તે લાકડીના ટેકા વડે ફરતો થયો અને ૭ મહીના પછી તો લાકડીના બપ પડતો નહોતો. આ પ્રમાણે ધિમે ધિમે તબીબત સુધરી ગઈ અને તે કામ ધંધે લાગ્યો.

પત્ર નં. ૧૬ મો—અનિયમિત ઝડતુ આવડું અને લોહીનું ઘણું જડું. લીવરલુની રહેતી મીસીસ ડબલ્યુ. ઉપલા દરદથી આઠ વર્ષથી પીડાતી હતી અને ઘણા વખત સુધી ઝડતુ-માસિક માદગી-બંધ પડી જતી હતી. કોઈકોઈવાર હદ ઉપરાંત લોહી જવાથી તબીબો બહુ આવી જતી. તેણીએ ડો. એસ. નામના વૈદની સામે વખત દવા લીધી હતી પણ તેથી કશો ફાયદો થયો નહોતો વળી તે બાઈ જીઓ મારેની લીવરલુની ક્લીનિક ઇન્સ્ટીટ્યુટમા જઈ આવી હતી પણ આરામ થયો નહોતો. મારા પાસે આવતાં મેં તેણીને ક્રીકશન-સીટસ-આથ લેવાનું કહ્યું અને કુદરતી જોગજ ઉપરજ રહેવા ફરમાવ્યું તેને પરિણામે તરતજ ફાયદો થયો અને તેની ફરીવાર ધિમે ધિમે દૂર થઈ અને ગયેલું કાવત અને શક્તિ પાછાં પ્રાપ્ત થયાં.

પત્ર નં. ૧૭ મો—મોઢાં ઉપરનો રતવા. એક બાઇને મોટા ઉપર સખન રતવા થયો હતો. મારો સલાહ લેવા આવના મે તેણીને મારા ઉપરો ઉપરાંત ક્રીકશન-આથ લેવાનું ફરમાવ્યું. પ્રથમ તો મારા ઉપરોથી મોઢા ઉપર પુષ્ટિ ગઈ બાઈને જોઈ ક્રીકશન બાય બંને કલાક સુધી આપ્યો પડતો હતો. તાવની ગરમી ઓછી કરના અરવા અરવા કલાકે બાઇનું પાણી બદલવામા આવતું હતું. મારા માટે મેજ એકાદ સ્ટીમ-બાય આપનામા આવતેતો હતો અને તે પછી વળી પાછો ક્રીકશન સીટમ-બાય આપવામાં આવતો હતો.

આથી દરદીને રોજ રોજ આરામ થતો જતો હતો. અઢવાડીયાં પહેલાં તો દરદ તદ્દન સાબું થઈ ગયું અને તે બાઈ તંદુરસ્ત અને સાચ તાચ થઈ ગઈ.

પત્ર ૧૮ મો—કાનનું ત્રણ અને કાનમાં અવાજ થવા. છ. એ. ખાતેનાં મીસીસ એલ. ને કામા કાન ઉપર અખરોટ જેવડું એક મોટું ગડ હતું જેથી કામા કાનમાં અવાજ થવા દરતા હતા. ત્રણ વર્ષ સુધી તે બાઈએ અનેક દવાઓ કરી પણ કંઈ વળ્યું નહીં અને શસ્ત્ર પ્રયોગની વાત આવતાં તે મારા પાસે આતી. મેં તેણીને મારા હાલાને લેવા કહ્યું. તેથી પહેલે દિવસે જ કાપટો જણાયો. હ અઢવાડીયામાં તો તેણીનું દરદ તદ્દન નરમ પડી ગયું.

પત્ર નં. ૧૯ મો—ખરડાની ચસક. મી. એચ. નામના માણસને આ દરદ થયું હતું. તેણે હોમીયોપથી અને એથોપથી દવાઓ વાપરી હતી અને કુદરતી નેચરક્યુરેનો પ્રયોગ પણ અજમાવ્યો હતો પણ કશું વળ્યું નહીં. મારા પાસે આવના અને માસમ પડ્યું કે પછવાડેના ભાગમાં નકામો પદાર્થ એટલો ચોટી બેઠો હતો કે તેને ત્યાંથી ખર્ગડતા ઘણો લાગ્યો વખત લાગ્યો. હમેશાં કેટલાક ક્રીકચન-ગાય આપવામા આવના હતા. દરદીને બંધ બેસતો ખોરાક દેવામા આવતો હતો; અઢવાડીએ બે સ્ટીમ-ગાય આપવામાં આવતા હતા. પાંચ મહીને દરદીને સંપૂર્ણ આરામ થયો.

પત્ર નં. ૨૦ મો. નબળાઈ—એસ. ખાતેના મી. છ. તદ્દન નબળા થઈ ગયા હતા. ઘણા ઘણા ઉપાયો કર્યા પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. ઘેર બેઠાં તેણે મારા ક્રીકચન-સીટસ અને હીપ-ગાય લીધા. હલકો ખોરાક લીધો એટલે તેની નબળાઈ હ અઢવાડીયામાં નાશુદ થઈ ગઈ.

પત્ર નં. ૨૧ મો. બાળકને થયેલો બંધકોશ—રેવરન્ડ મી. ક્યુ. નું હ મહીનાનું બાળક. બંધકોશનું દરદ ભોગવતું હતું. મેંબ્યાબંધ દવાઓ વાપરી પણ તે મટ્યું જ નહીં. બાળકને દુધ ઉપર જ રાખવામાં આવતું હતું અને તે હમેશાં ત્રણ વખત ઉકાળવામાં આવતું હતું. આથી તે બાળકના શરીરમાં નકામો પદાર્થ વધી ગયો અને ગરમી પણ વધી ગઈ જેથી તાવ આવતો અને દિવસમા બાર બાર વખત તાણ આતી જતી હતી. તેના બાપે દંડા પાણીનાં પોતાં મૂક્યાં તેથી આરામ થયો પણ બંધકોશનું કારણ તો દૂર થયું જ નહીં. બાળકના બાપે મારી ચોપડી વાંચી અને બાળકને રોજના ૮૮ થી ૯૩ ડિગ્રી સુધીના ગરમ પાણીના હીપ-ગાય રોજ બે વખત આપરા માડ્યા. પાંચ અઢવાડીયાં પછી બાળકની પાચ-નશકિત સુધરી, દરમીયાન ખોરાકમાં પણ ફેરફાર કર્યો. બાળકને હવે વગર ઉકાળેયું કંઈ દુધ આપવામાં આવતું અને એટમીલ નામના અનાજની કાંઈ પાત્રામાં આવતી હતી. બંધકોશ મટ્યો અને બાળક ખુશખુશાલ અને સુખી જણાયું કે જે અગાઉ નમળું અને માંદું જણાતું હતું.

પત્ર નં. ૨૨ મો. ગાંઠ મટી અને સ્હેલાઈથી સુવાવડ થઈ—મીસીસ એમ. ની ગરદન ઉપર એક ગડ નીકળ્યું હતું. તેણે ખંતથી મારી સારવાર ચાલુ રાખી. આથી મુખ્ય ગડ અને બીજી ગાંઠો પીગળી ગઈ અને તબીબત સુધરી. તેણીને સાતમી વખતની સુવાવડ આતી જે ઘણી તકલીફ વગર સ્હેલાઈથી થઈ અને બાળક પણ તંદુરસ્ત અવતર્યું. સગર્ભાવ-સ્થામાં તે બાઈએ માંસનો ખોરાક ગૂંચી દીધો હતો જેથી ધાવળ પણ કીક આવતું હતું. આગવી કેઈપણ ગુનાવડ વખતે ધાણ આપતું નહોતું.

પત્ર નં. ૨૩ મો-સીયાટીકા (Sciatica) ડૉ. બી. નામના વૈદે મને યોગ્ય વર્ષે ઉપર બોલાવ્યો હતો. તેને સીયાટીકાનું દરદ હતું જે દવાઓ કરવાથી વધતું જતું હતું. આખરે તેનાથી ન સુવાય કે ન બેસાય. રાત દિવસ સોફામાં પડ્યો રહે. આ દાકતરને મેં રોજના બે વખત ક્રીકશન-હીપ-આય લેવાનું કહ્યું અને તેમાં ૫૯ થી ૬૫ ડીઝીનું પાણી વાપરવા કહ્યું. એકાંતરે એકાંતરે સ્ટીમ-આય લેવાનું કહ્યું અને ખોરાક સાદો લેવાની ભલામણ કરી. ચોથે દિવસે આરામ જણાયો અને તે ચાલી ચક્રયો. અડવાડીયામાં સારો શયનો થયો. ચાર અડવાડીયામાં દરદ તદ્દન નીમૂળ થઈ ગયું.

પત્ર નં. ૨૪ મો. ડીપ્થેરીયા, સ્કર્લેટફીવર-ગીસીસ એસ. નામની એક સ્ત્રીના ૪ વર્ષના છોકરા ઉપલાં દરદથી પીડાતો હતો જેથી મને બોલાવવામાં આવ્યો. પ્રથમ સ્ટીમ-આયની જરૂર હોવાથી અને માફે યંત્ર તે વખતે હાજર નહોતો હોવાથી બીજી હીકમન કરવી પડી. આગે તે છોકરાને નેનરની એકકવાળી ખુરશીમાં બેસાડ્યો અને નીચે આઠ શેર પાણી ઉકળતું એક વાસણ મૂક્યું. ગરમ પાણીની બાલદી મૂકી તે બાલદી ઉપર લાકડાંના બે ટુકડા મૂકી તેના ઉપર ૫૫ મુકાવ્યા. છોકરાના શરીરે ગરમ ધાગજો વીંટાળ્યો. છોકરાને પુષ્ટગ પરસેવો વળ્યા પછી તેને ૫૦ ડીઝીનો ક્રીકશન-હીપ-આય આપ્યો. માથાની ગરમી ઉતરી ગઈ ત્યાં સુધી તેના નાખી પ્રદેશ મસજવામાં આવ્યો. આથી તે છોકરો છુટથી શ્વાસ લેવા લાગ્યો. જતી વખતે બાળકની માને હું કહેતો ગયો હતો કે તાવ ચડેતો પાછો ક્રીકશન-હીપ-આય આપજો અને ગરમી ઓછી થાય ત્યાં સુધી ચાલુ રાખજો. પાંચ દિવસમાં છોકરો સાજો થઈ ગયો. ડીપ્થેરીયાનો ઇલાજ આ છે કે જેને માટે મેડીકલ સાયન્સ નકાચું કંઈક મારે છે.

પત્ર નં. ૨૫ મો. બહેરાશ, ગળામાં અકળાટ અને બોખરાપણું. ડી. ખા. તેના મી. એસે. પોતાના જમણા કાનની બહેરાશ માટે મારી સલાહ લીધી. તેને ગળાની પથ્થુ ફરીવાર હતી જેથી બોલતાં તેને ઘણી અગવડ પડતી હતી. તેણે ઘણી ઇસ્પીતાશોની મુલાકાત લીધી હતી અને ઘણા વૈદોની સલાહ લીધી હતી પણ કશો ફાયદો થયો નહોતો. તેના અહેરો બેઠને મને માલમ પડ્યું કે વધારાનો પદાર્થ શરીરના આગલા ભાગમાં છે એટલે-તેને જલદી ફાયદો થશે અને થયું પણ એમજ. ૧૦ દિવસ મારા ઇલાજને કાર્પા પડી તેણે મને જણાવ્યું કે તે બહેરા કાને સાબળી શકે છે અને ગળાનો ખડખડાટ ઘણો ઓછો થયો છે. તદ્દન આરામ થયા માટે ચાર અડવાડીયાં વધુ સારવારની જરૂર હતી. દરદીએ આખરે જાહેર કંઈ કે આવી તંદુરસ્તી મારી અગાઉ કદિપણ નહોતી. અરે યુવાનીમાં પણ નહોતી. કારણ એટલુંજ કે શરીરમાંથી નકામો પદાર્થ નીકળી ગયો હતો.

પત્ર નં. ૨૬ મો. જ્ઞાનતંત્રુઓની નખખાક. હીપગ્રીફના મી. કે ની તખીયત જાલુ બગડી હતી. જ્ઞાનતંત્રુઓ નખખા પડી ગયા હતાં. ઘણા ઉપાયો કર્યા પણ કોઈ લાગુ નહોતો પડ્યાથી તે મારા પાસે આવ્યો. તેના શરીરમાં બહારનો પદાર્થ એટલો ગયો એકો યર્થ ગયો હતો કે પ્રથમનો મારા ઇલાજથી ઘણી મુશ્કેલી પડી કારણ કે દરદ ઉભરાઈને પડીજ ઓછું થયું અને તે સાજો થઈ ગયો. તે કહે છે કે અલારે મારો નવો અવતાર છે.

પત્ર નં. ૨૭ મો. અનિદ્રા, ચેટનો દુઃખાવો. આર. ખાનેના મી. આર. બી. ચાર વર્ષથી ગુંચવણ ભર્યા દરદથી પીડાતા હતા. ઘણાની સલાહ લીધા પછી એક જણીના પ્રેદિસરે તેના ઉપર શસ્ત્ર પ્રયોગ કરવાનો ઇન્જા જતાવી પણ દરદીને તે નિચાર પર્મદ પડ્યો

નહીં જેથી તે મારી પામે આબો. મેં તપાસ્યો તો માવૂમ પડ્યું કે જમણી બાજુએ ન-
કમો પદાર્થ બરાબો હતો. અને તેથીજ ચહેરાની જમણી બાજુએ સમુદો આવતો હતો.
મૂળ કારણ તો પેટમાં ક્યરો એકંદો ચવાનું હતું. પેટમાં ચુંધાવો થયા કરતો. મારા મંત્રા-
જથી એક અઠવાડીયામાંજ તેની પાચનશક્તિ બરાબર થઈ ગઈ. ત્રણ ચાર અઠવાડીયાં પછી
તો તેને ઉધ પણ આવી અને બે મહીનામાં તેનું દરદ તદ્દન સાબું થયું અને તબીબન તદ્દન
સુધરી ગઈ.

પત્ર નં. ૨૮ મો. કંઠમાળા, સોજા વિગેરે. જી. ખાતેની મહેતીજ મીસ એચ.
જી. ધણા વર્ષથી કંઠમાળ વિગેરેથી પીડાતી હતી. તે પછી ગડગુમડ નીકળ્યાં. દરેક દેખી
શકે પણ નથકતું દેખી શકે નહીં. ધણા ઉપાયો કર્યા પણ સાચું થઈ નહીં. જોવા માટે
ખાસ બનાવટના ચરમા વાપરવાં પડ્યાં. એક મિત્રે મારા ઇલાજને ઉપર તેણીનું ધ્યાન બે-
ચું અને તેણીએ ધિરજથી છ મહીના સુધી દરરોજ ક્રીકશન-બાય લીધા. મારી રૂઢીને
અમલ કર્યાથી તેણીને કાયદો થયો. તમામ ગાડો નરમ પડી અને પાચનશક્તિ સુધરી ગઈ.
જેમ જેમ પાચનશક્તિ અને ગાડો સુધરતા ગયાં તેમ તેમ આંખનું દરદ પણ નરમ પડતું
ગયું. એક વર્ષ પછી તેણીને ચરમાની કાઈ પણ જરૂર જણાઈ નહીં. આ પ્રમાણે મોટા આં-
ખના દાકતરો કાંઈ નહીં કરી શક્યા તે માટે સાયન્સ કરી શક્યું.

પત્ર નં. ૨૯ મો. બાળકને બંધકોશ અને અનિદ્રા, આંખને સોજો-માનહેમની
મીસીસ એચ. પોતાની બે મહીનાની પુત્રીને લઇને મારી પામે આવી. ઉપલાં દરદ માટે
તેણે મારી સલાહ લીધી. આ બાળક માખાપ તરફથી વારસાનાં નકમો પદાર્થ લઇનેજ જ-
ન્મ્યું હતું. મેં ચહેરા જોઇનેજ કહ્યું કે બાળકની આ મંદાવિનું દરદ ભોગવે છે. વળી તેથી
ધણા વખતથી આંખના સોજાનું દરદ ભોગવતી હતી. આ પોતેજ બાળકને ધવરાવતી હતી
જેથી પ્રથમ માના પેટમાંથી જ ક્યરો બહાર કાઢી નાખવાની જરૂર હતી. મેં રોજ લીપ-
બાય અને ક્રીકશન બાય લેવાનું ફરમાવ્યું. ફરતી સારો ખોરાક લેવાની અને ખુશી હવામાં
રહેવાની સલાહ આપી. બાળકને પરસેવો વળે એટલા માટે પોતાની મોડમાંજ સુવરાવવા
સલાહ આપી. બે દિવસમાંજ બાળકને કાયદો જણાયો. મારા ઇલાજથી માને પોતાને પણ
એક અઠવાડીયામાં કાયદો થયો. આ ઉપરથી જણાશે કે આ સાચું અને તંદુરસ્ત હોય તો
બાળક પણ તેવુંજ રહે. એકલા બાળકના દરદના ઉપાયો મેં લીધા હોય તો પાછું જેવું હતું
તેવું થાત, કારણ કે માના શરીરમાંજ ક્યરો બરાબેસો જે ધાવણદારા બાળકમાં ઉતરતો હતો.

પત્ર નં. ૩૦ મો. લોહીની અછતથી આમડીના રંગનું ફેરવાઈ જવું-પી.
ખાતેનાં મી. ઇ. એચ. ની ૧૨ વર્ષની પુત્રી આ દરદ ભોગવતી હતી. મેં તેના આપને
કહ્યું કે દવા ખાધાથી અને લાંબો વખત દરદને ધાલી મૂકવાની દરદ સાચું થવાને મંભવ
હવે ધણા ઝોછો છે, તે છતાં પાચનશક્તિ અને પેટનો ક્યરો સુધરે તો જ તે સાફ થશે.
આ પ્રમાણે થોડી જ આરાથી તેઓએ મારા ઇલાજને ચરૂ કર્યા. એક અઠવાડીયામાંજ
તેણીની પાચનશક્તિ સુધરી અને કઠડીને જૂબ લાગવા માંડી. બીજા ચાર અઠવાડીયામાં
તો તેણી અસલ જેવી પાછી તંદુરસ્ત થઈ ગઈ. કારણ એટલું જ કે તેની ઉમર નાની હતી.
જેથી તેનું ઉછરતું નવું લોહી તેની તબીબત સુધારવામાં ધણું મદદગાર થઈ પડ્યું.

પત્ર નં. ૩૧ મો. અમુક વખતે થતી ઉર્લડી છાતી ઉપર બોળે, કલોરો-

સાન' થયેલા દરેકોના હેવાનો અને તેઓ તન્દ્યા મળેલા ઉપના માનનારા પડે. ૧૪૧

સ્ત્રીમ Chlorosis એલ. ખાતેના મી એમ. આ વર્ષથી આ દરેકથી પીગના હતા. તેને અમુક વખતે કિનકી થવા કમ્પી હતી દર બમે અકાકીયે એમ થવા કમ્પુ જે મવા ગ્ધી તે માજ સુધી ચાલતું. માન સ્ત્રીચ્ચન સીટલ માથ અને હીપ માથ તથા મારી સવાદ મુજમની ગહેણી કસણીથી તેને ઘણો કાયરો પડે. માન ઉપાયો તર કરી પડી તેના ચક્રેગ ઉપગની શીકાય ગા. આ અકાકીયા પડી તેને લાગુ પડે તો તે પાછો યુવાન થઈ ગયો છુ

પત્ર નં. ૩૨ મો. હંધ ઉપર મળે ડબાખુ, અનિદ્રા, દમ વિગેરે—એચ. ખાતેની મીસીસ એમ. કે જેની ઉમર ૫૮ વર્ષની હતી તે સખ્યામર દરેકથી પીકાતી હતી દમનુ દરદ બહુજ ખરામ થતુ જતું હતુ જમણી છાતીમા સખ દ ખાવો થઈ આ વતો હતો અને મગજ ઉપર ચિતાનો મોજે ગ્લા કન્નો હતા. દમ ચક્રવાતી કિવાતું પખુ નહી અને બહુ મુશ્કેલીથી મોવાતુ એક દિનમે તેની જમણી ગતી કાગ એ નસ ખેચામ આસી અને લા લદ્યના કમ્પા પજ મડુ જ જનદીથી ધમકારા થતા લાગમ તમામ દાકત રોએ તેની આશા મૂખી દીની આખરે મને મોનાગો મે તેણીને તપામી તો મને પેટમા ઘણા વખતનો એકકો થયેનો કચરો માનમ પડ્યો મે તેને રોજના નમ કીકથ બાથ દર માબ્યા અને કુચ્ચતી હલકો ખોગક ખાવા કમ્પુ એક અકાકીયામા જ તે બાઈનુ દરદનગમ પડ્યુ અને બીજા ૧૫ દિવસમા તો નસનો ધમકારો પગ બધ પડ્યો. ગણુ ચાર અકાકીયામા તો તમામ દરેક મગી ગયા. આ ઉપરથી તમે જેમ મરો કે મધમા દરેકનું મગ કાનજુ બહારનો કચરો જ છે અને તે ખડ છે

પત્ર નં. ૩૩ મો ડીપ્થેરીયા, Diphtheria—૧૨ વર્ષની ઉમરની એટસી બી. નામની છોકરી આ બચકર દરદ મોગમની હતી તેને માટે કકરોના ઘણા ઉપાયો કન્વાર્મા આવ્યા પગ કાઈ વચ્ચે નહી. તેણીનુ આખુ ગણુ સુછ આન્યુ હતું અને જમણી માજુનો મોજે વધારે હતો તેના મગમા એક આગમી જેટલી જાકાઈની લીલી ડાગી બાગી હતી તે ઘણી જ વાસ માગતી હતી આ દરેકનો ધ્યાન ન થાય તો તે છોમરી ગુગમા મરન દાકતરો તેને એમ્દમ કમ્પીતાવમા લઈ ગયા અને ત્યા મેના ઉપર ટ્રેકીટોમી Tracheotomy ના કલાને અમમાનના ધાવા. આ ધ્યાને મામાને મન્ના નહી. જેથી તેઓ મારા પામે આવ્યા. મે પહેલા તો કીકગન-સીટલ-માથ આપનાતુ કમ્પુ જેથી તાનતુ નેર એાધુ થયુ જદરેકોમા બાધ આપનાતુ કુ રમ્પાવતો અને તેમ મનાધો દરદ એાધુ થયુ છોકરીની લાલત ચિતાતુ હતી. તે ૧૨ ક્યાકમા દર થઈ અને તે પડી આ દિવસમા મગાતો મોજે નરમ પડી ગયો અને પેલી બદમોનાળી લીની ડાગી પચુ નીમ્પી મડ. તેણીના ઓરકાની બારીઓ તદન ખુલ્લી ગખવાર્મા આવતી હતી અકાકીયામા તો આ છોકરીની પાયનચકિત સુધરી મડ અને ૧૦ મે દિવસે તો તે મહાર નીમ્પી ૧૫ મે દિવસે તે તન સાજ થઈ ગઈ મોરકમા માત્ર રેટલી અને દાગાની આપનામા આવના હતા

પત્ર નં. ૩૪ મો. હાંક ઉપરનું નામુ—cancer ૭૦ વર્ષની ઉમરના વયોદદ એકગદસ્થ આ દરદથી પીકાતા હતા ૭ વર્ષ સુધી એથેપથી અને હોમીયોપથીના દાકતરો એ માથાકટ કરી લેજ. હેક ઉપનુ આ નામુ તો વધે જતુ તુ અને લાગ નીમ્પ્યા કરતી હતી. મે તપાસ કરી તો માલુમ પેચુ કે તેના ચગીમા આગવા ભાગમાથી અને

બાળુઓમાંથી વધારાનો પદાર્થ માથાં તરફ ચડ્યો હતો. જુવો હવે भारी सारदारનો પરછો ! પહેલે જ દહાડે લાગ પડી અટકી. સોજે આગળ વધતો અટક્યો એટલું જ નહીં પણ પડેલો જાખમ નાનો થવા લાગ્યો અને ૧૦ દિવસમાં તો રૂઝાઈ ગયો ! હોહનું કદ હતું તેના મીઠા બાગનું રહ્યું. છ વર્ષમાં ન જન્મ્યું તે પરિણામ ૧૧ દિવસમાં આવ્યું. દાકતરી વેદુ' કહે છે કે કેન્સર-પાકું-મટે જ નહીં, તે મારા ઇલાજોથી મટી ગયાના અનેક દાખલાઓનો આ એક વધુ દાખલો છે.

પત્ર નં. ૩૫ મો. ગળાનાં દરદો, સ્કાર્લેટ ડીપ્થેરીયા. Scarlet Diphtheria—સ્ક્રીરીયા ખાતેના સાડાઆઠ વર્ષની ઉમરના કાર્લ ધી. નામના છોકરાને તેની મા મારી પામે લાવી. તેણીએ જણાવ્યું કે આ છોકરો અઢી વર્ષની ઉમરે ઘણી જ સારી તંદુરસ્તીમાં હતો પણ જે દિવસથી જળીયા કટાવ્યા તે દિવસથી માંદગી ચરૂ થઈ છે. આ શીતળાની રસી મૂકાવ્યા પછી ત્રીજે વર્ષે તેને ડીપ્થેરીયા લાગુ પડ્યો જે દવા દારૂથી અટકાવી દેવામાં આવ્યો. પણ તેથી આ છોકરો ઘણો નબળો પડી ગયો. તેના ગળાં ઉપર લમેથાં સફેદ ડાઘા દેખાતા અને ગળું પણ રહેજ સુજેલું રહેતું. પાચનશક્તિ પણ ખગડી અને તે સાથે કોઈ દારૂગંધી ઈરી ગયાથી ત્રણ અડવાડીયાં સુધી સ્તબ્ધ થઈ ગયો. મારા ઇલાજો ચરૂ કરતા ખીજે દિવસથી જ કાયદો જળાયો. ત્રીજે દિવસે તેના દબાઈ રહેલો ડીપ્થેરીયા સઘળો ઉભરી નીકળ્યો અને સખ્ત દુઃખાવો ચરૂ થયો. પાંચમે દિવસે ઘણો જ દુર્ગંધ ઓડો છુટ્યો અને પેસાળ પણ કાશીના રંગ જેવો ઉતર્યો. પાંચ અડવાડીયાં પછી આ છોકરો સાજો થઈને ફરતો હરતો ચઢ ગયો.

પત્ર નં. ૩૬ મો. અછાત્રી—એક ક્ષાર્મસ્યુરીકલ કેમીસ્ટ જેતું નામ મી. ધી. હતું. અને જે રોડ ખાતે રહેતો હતો તેની પાચનક્રિયા નજળી અને અનિયમિત હતી. તેની મોટી દવાશાળામાં અનેક જીવાણો હતા. તેના છુટથી ઉપયોગ કર્યા છતાં કંઈપણ કાયદો થયો નહીં. એક દવા થોડો વખત આરામ આપે પણ પછી તરત જ તેની અસર જતી રહે. ખરાબ પાચનશક્તિ અને દવાઓના અત્યંત ઉપયોગથી તેના દાંત સડી ગયા અને તે દરમીયાન નાક અને શ્વાસનળીમાં મસા જેવું થઈ ગયું. આ મસા શસ્ત્રક્રિયાથી ૨૬ વખત કાઢી નાખવામાં આવ્યા અને જેમ જેમ કાઢી નાખતા ગયા તેમ તેમ વધતો ગયો. અંતે તેને મારા ઇલાજોથી કાયદો થયો અને મસા નીકળતા બંધ થયા. ૨૦ વર્ષ સુધી જે ખમ્બું હતું તે ચાર જ અડવાડીયામાં મટી ગયું. સાજા થવા પછી તેના ઉપર મારી રહીની એટલી તો અસર થવા પામી કે તે એમ ખેંચા લાગ્યો કે મારાથી હવે કેમીસ્ટની દુકાન ખરા જીગરથી ચલાવી શકાયે નહીં અને તેથી પોતાની દુકાન જેમ અને તેમ જલસીથી વેચી નાખવાનો ઇરાદ કર્યો. કારણકે અમારી દવાઓ લોકોને હમવા માટે અને તેમના શરીરમાં ઝેર દાખલ કરવા માટે છે.

પત્ર નં. ૩૭ મો. અનિદ્રા એક ખાતેની મીસીસી જી. ની પાંચ છ વર્ષની ઉમરની પુત્રીને ઉંજળ આવે નહીં. નેનાથી ખાઈ શકતું પણ નહીં અને ખાવ તે પચે પણ નહીં. ઘણા ઉપાયો કર્યા પછી તે મારી પાસે આવી હીજ-ચાચ, ક્રીકશનચાચ, કુદરતી ખોરાક અને ચોખી દવાથી કરીને તેણીને ઘણો કાયદો થયો અને એક અડવાડીયામાં જ તે ચાલી શકી. લાંબા વખત સુધી મારા ઇલાજ આજી રાખ્યાથી તેની પાચનશક્તિ પણ સુધરી

તાળાં થયેલાં દરદીઓના હેવાંશા અને તેઓ તરફથી મળેલા ઉપકાર માનનારા પત્રો. ૧૪૩

ગર્ભ અને સઘળું દરદ તદ્દન નાશુદ થયું. આ પ્રમાણે સમજી શકાશે કે દવાદાર કરતાં મારા ઇલાજો કેવો ફાયદો કરે છે.

પત્ર નં. ૩૮ મો. જ્ઞાનતંત્રીઓની નખગાઈ, તાણ આવવી, મીસીસ ઇ. ના-
મની સ્ત્રી આ દરદ ભોગવતી હતી. તેનાં આંગળામાંથી સણકે શરૂ થઈ માથાં સુધી પહોં-
ચતો જેથી દરદી બહુ હેરાન થતી હતી. દવા કરી તેમ તેમ દરદ વધતું ગયું. દરદનું મૂળ
પેટમાં હતું પણ દાકતરો તો બહારના દરદના ઉપચારો કરતા હતા એટલે દરદ વધતું ગયું.
મારા હાથમાં આ કેસ આવતા મેં ક્રીકશન-સીટસ બાથ આપ્યા અને કુદરતી હલકા સાદા
ખોરાક ઉપર રાખી જેથી સાન અડવાડીયામાં તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ ગઈ.

પત્ર નં. ૩૯ મો. લકંબા, બરડાની કંચેડાના ક્ષય, અનિંદા વિગેરે, ૪૨ વર્ષની
ઉમરના મી. એમ. નામના માણસને આ દરદો હતા. તે માત્ર પાંચે આવતા મેં તપાસ્યું
તો તેના બરડામાં બેહદ ક્યારે ભરાઈ પેડા હતા. દાકતરોએ તેનું દરદ અસાધ્ય જ-
ણાવ્યું હતું. મેં તેને હમેશા ક્રીકશન હીપબાથ આપ્યા, પંદર દિવસ તેમ ક્યારે પછી ચાર
અડવાડીયાં સુધી સીટસ-બાથ પણ લેવાતું મેં શરૂઆત. આમ કરવાથી તરતજ આરામ
જણાયો. ઘોડાજ દિવસમા પાચનશક્તિ સુધરી ગઈ અને બેત્રણ અડવાડીયામા લકંબાની અમ-
રતાથી પગ સારા થયા. બરડાની કંચેડાના ક્ષય જે મહીનામા સારો થયો. મેડીક્લ સાયન્સ
અને મારી શરીર વચ્ચેના તફાવત જણવાની અને જણાવવાની હવે વધુ આવશ્યકતા છે ?

પત્ર નં. ૪૦ મો. બહેરા-મુગાપણું, મગજનું દરદ-એલ ખાતેની મીસીસ
એસની ચાર વર્ષની ઉમરની પુત્રી બહેરી-ગુંગી હતી જે તેની માના કહેવા મુજબ ગાં-
શિનળા કદાવવાતું. પરિણામ હતું. આ બિચારા બાલક ઉપર ચક્ષુપ્રયોગો કરી તેને ભારે
ઘની કરવામાં આવી હતી. આ છોકરી કોઈ ડાક્ટરને જીવે કે રડવા લાગે. અને પણ જોઈને
રડવા લાગ્યાથી મેં બરાબર તપાસ કરી નહીં તે છતાં મને માલૂમ પડ્યું કે આખા શરી-
રમાં ક્યારે ભરાઈ ગયો હતો; મારા સાદા ક્રીકશન-બાથ, ખુપી હવા, કસરત અને કુદરતી
ખોરાકથી એ સઘળાની અસર તે છોકરી ઉપર થઈ. જે અડવાડીયામાં તો તે સાંભળતી
થઈ અને બીજા ચાર અડવાડીયામા તો તે બોલતી પણ થઈ અને તેને જે બ્લીક હતી
તે પણ જતી રહી.

પત્ર નં. ૪૧ મો. સખત બંધકોષ. એ. ખાતેના ડૉ. એફ. ની સ્ત્રી ૨૦ વી
વધુ વર્ષથી બંધકોષથી પીડાતી હતી. મારી સલાહ લેવા આવી અને મેં માત્ર કુદરતી ખો-
રાક લેવાની સલાહ આપી એટલે પાચનશક્તિ સુધરી અને ઝાડો સાફ થવા લાગ્યો. આથી
એક અડવાડીયામાજ ફાયદો થયો જે કે તેને પહેલાં તો ઘાંઘ આરાજ નહોતી. રોટલી
અને ફળના ખોરાકથી કમજોરતા જાણીથી ગઈ. ત્યાર પછી ધીમે ધીમે તે બીજા રાધેલો
ખોરાક ખાવા લાગી અને મેપૂર્ણ તંદુરસ્ત બની ગઈ.

આભાર માનનારા પત્રો.

પત્ર નં. ૪૨ મો. ગળાનો સોજો, મૂત્રાશય અને મૂત્ર માર્ગનું દરદ, જન-
નેન્દ્રિયનાં દરદો.—બહાલા મી. કુન્હે—મારા માટે તમે તમારા કામગામ જે ઇલાજે સ-
ચલા હતા તે ઇલાજ શ્રેષ્ઠમંદ નિવડ્યા છે મૂત્રાશય અને મૂત્ર માર્ગની શરિયાદ ઓછી
થઇ છે. ધાતુ જતી બંધ પડી છે. ગળાનો ખરેશટ અને દરદ ઓછાં થયાં છે મારી તખી-
મન અસલ કરતા ઇલાજ સુધરી છે. તમારા પત્રોમા તમે લખેલી સિખામણો માટે તમારો
ઉપકાર મારું છું.

બ્રાહ્મગૃંથી લી. તમારો વિશ્વાસુ ઇ. એમ.

પત્ર નં. ૪૩ મો. ઘુંટણની ઠાંકણી ઉપરનો સોજો, અતિશય નબળાઇ, મગજ
ઉપર બોજો, હૃદય ઉપર ચરબી, લીવર, કીડની અને આંતરડાંનો ધીંગાડ.

બહાલા સાહેબ, યોગ વખત ઉપર મારો જમણો ઘુંટણ ધણી સુજ ગયો હતો જેથી
સારવાર માટેનાં તમારા ખાતામા હું દાખલ થયો. ૧૮ દિવસ પછી હું ઘેર પાછો આવ્યો. મારા
ઘુંટણનો ઘેરાવો ૨૨ ઇંચનો હતો તે શ્રીકશન-આય અને સીટસ-આયોધી અને કુદરતી બો-
રાકથી ૧૭ ઇંચનો થયો છે. હું તમારા “ ન્યુ સાયન્સ ઓફ લીલીંગ ” નામના પુસ્તકને
લીધેજ સારો થયો છું. મેં તમારા ઇલાજને આજી રાખ્યા અને મારી તમામ ફરીયાદો
નાશુદ થઇ ગઇ, કલેન્ડરના દરદને માટે તો કાંઇ ઉપાયજ નથી એમ મને હાકરો દહેતા
હતા, પણ તે દરદ પણ હવે નાશુદ થયું છે. ગ્રાઇપસ દારણસર મારો કામગામ તમારે ઉપયો-
ગમાં લેવો હોય તો બેલાકાક લેશો. શુ. દ્રોને, શરદો બોલીમીયાં.

લી. તમારો વિશ્વાસુ કાંલિ એચ.

પત્ર નં. ૪૪ મો. અમુક વખતે અને અમુક જગ્યાએ માથામાં થતો દુખાવો.

બહાલા મી. કુન્હે—ઘણા વખતથી પત્ર લખીને તમારો અંતઃકરણથી આભાર માનવાનું
હું ઇચ્છતી હતી પણ કાંઈ અડચણ નીકળ્યાજ કરતી. કદાચ તમે મને ઝોળખશો,
એસ. ખાતેની મીસીસ એને. મને મારી પુત્રી સાથે તમારી સાથે ઝોળખાણ પાડી હતી.
તે વખતે મારા માથામાં સખત દુખાવો થતો હતો. એક દિવસે અમે તમારા ખગીયામાં
બેઠા હતા ત્યાજ મને દુખાવો થઇ આવ્યો જે કદાચ તમોને માદ હશે, પણ તે દિવસથી
તમારા ઇલાજને કરવાથી આ દરદ મને ફરીથી હેરાન કરી નથી જેને માટે હું તમારો
આભાર માનું છું. હું યુવાનીમા જેવી ખુબખુશાલ રહતી હતી તેવીજ પાછી હમણાં થઇ
ગઇ છું. બાથથી મને એટલો બધો ફાયદો થયો છે કે હમેશાં બાથ લીધા કરું છું. તમારાં
યત્રો મારા પાસે નથી જેથી સ્ટીમ-બાથ વખતે મને અડચણ પડે છે માટે મહેરમાની કરીને
મારે ખર્ચે સ્ટીમ-બાથને લગતાં તમામ વાસણો અને યત્રો મોકલી આપશો. મારી પુત્રી
તમોને આશિય લખાવે છે. શુ. બીલેદેસ

હમેશની તમારી ઓશિંગણ (ગીરીસ) ઇ. એચ.

પત્ર નં. ૪૫ મો. સંધિવા, લકવો, ખરડાનું દુખાવું અને આંખનું દરદ—
હું નીચે સહી કરનાર ૧૮૯૨ ની શરદ ઋતુમાં ઉપવાં દરદથી પીડાતો હતો ને તે પછી
આક્રમણ પર્વે ઘણી વાત રવાં હતાં. ધણી તરેહનુ ઉપવાં કરી ને ૥ પણ ગઈ પણ લાગ્ય

પડ્યો નહીં. આ શહેરના પ્રસિદ્ધ અને જાણીતા એક ડૉનથી વધુ વેરો અને દાતરોના ઉપાયો મેં કરી જોયા પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. આખરે એક ડાક્ટરે મને તમારા પાસે આવવા કહ્યું. દાક્ટરોની દવાથી મારી તબિયત દિવસે દિવસે બહુજ બગડી હતી. માત્ર ત્રણ અઠવાડિયા તમારા ઇલાજે અજમાવ્યાથી મારા વર્ષોના અનેક દુઃખો ટળી ગયા.

સુ. લીપઝીક તાંબે એગર,

લી. એચ. કે.

પત્ર નં. ૪૬ મો.—ફેફસાંનો ક્ષય, હૃદયમાં ગુચવાડો, આંતરડાંનો સોજો, લોહીનું જલ્ડ—

બહાલા મી. કુન્હે—મે વર્ષ ઉપર મારા પુત્ર રેવરેન્ડ—એગસ્ટ મહોનામા તમારી "ન્યુ સાયન્સ એન્ડ હીલીંગ" નામની ચોપડી મગાવી. જુલાઈની આખરે તો હું છેક મરણ પથારીએ હતી અને ડાક્ટરોએ મારી આશા છોડી દીધી હતી. મારા પુત્રે તમારી ડી ટરફ માફ ધ્યાન ખેંચ્યું અને ફૂલર્ન માણસ કોયુને બાકે તેમ મેં તે ટરફ લક્ષ દોડાવ્યું. તમારા બાયથી અને કુદરતી રીતે ખોરાક લેવાની ડીથી મને ધણો ફાયદો થયો. પાંચ મહોનામા તો ફેફસાંનો ક્ષય નામુદ થયો. મૂત્ર માર્ગે પડતું લોહી અટક્યું અને આંતરડાંનો સોજો ઉતરી ગયો. જે દરદો બાર વર્ષો સુધી ડાક્ટરો સારા કરી શક્યા નહીં તે તમારી રીથી માત્ર પાંચ મહોનામા સાબ થઈ ગયા. તમારી ચોપડી મોકલનાર મી. એફ. ને થયેલું હૃદયનું દરદ તમારી રીથી સાર થઈ ગયું છે. હરકાંઈ દરદોને હું તમારી પદ્ધતિની બલામણુ ક્યાં કરું. દૃષ્ટાંત તરીકે ૧૬ વર્ષની ઉંમરની એક છોકરીનાં શરીરનાં હાડકાં કુલ્લા કરતાં હતા અને ૬ વર્ષથી પીડાતી હતી પણ કોઈ ઇલાજ કરી શક્યું નહીં. પીઠ, પગ અને હાથમાંથી હાડકાંના કેટલાક ટુકડાઓ શસ્ત્ર ક્રિયાથી કાપી કાઢવામાં આવ્યા હતા. મારી બલામણુથી આ છોકરી રોગના જે સ્ટીમ-માથ અને ત્રણ મીકશન-સીટસ બાય લેવા લાગી અને મારા અત્યંત આનંદ વચ્ચે તે એક હંદુસ્ત નવ-યુવાન તરી બની ગઈ. હું તમારી કેટલી બધી આભારી છું તે દર્શાવવાજ આ પત્ર મેં લખ્યો છે.

સુ. ગ્રોસ-હીલીંગફેફસાં.

લી. તમારી વિશ્વાસુ સુ. એમ. ડી. ની પત્નિ.

પત્ર નં. ૪૭ મો.—લકવો, કબજિયાત, ગાંઠો, કંઠમાથ—બહાલા સાહેબ, મારા મદદવારો જે મદદ અને સલાહ તમે આપી હતી તે માટે મારી ધરજ સમજીને આ કાગળ મારફતે તમારો ઉપકાર માનવાની રજા 'લઈ' છું. ૧૮૯૨ થી હું કંઠમાથની ગાંઠોથી પીડાતો હતો અને ખાધું પણ ખચતું નહોતું. ઘણા દાક્ટરોની દવા કરી પણ દરદ તો વધતું ગયું. તમારી રીથીનાં વખાણુ થતા સાંભળી હું એકદમ લીપઝીક ખાતે આવ્યો. મારા કામા પગની, એડીના હાડકામા શસ્ત્રક્રિયા કરવામા આવી હતી જેથી લાકડીના ટેકા વગર હું ચાલી શકતો નહોતો. તમારી રીથી થોડા દિવસમાજ હું બરાબર ચાલતો થયો. તમારા પાસે લીપઝીકમાં હું પહેલેથીજ આવ્યો હોત તો અત્યારે મારા ગળા ઉપર જે જુના ડાપા રહી ગયા છે તે રહેવા પામત નહીં હવે હું તદ્દન સાબો થયો છું જે માટે તમારોજ ઉપકાર માનું છું. મારાથી બનશે એટલો હું તમારી રીથીના ફેલાવો કરીશ.

સુ. બર્જીવી-કહેમ.

જતાં રહ્યાં. ખરડામાં સણુકા આવવા લાગ્યા અને ઈંડાં જેવડી ગાંઠ નીકળી. તાવ પણ આવવા લાગ્યો. મેં તમારી રૂઢી પ્રમાણે ઇલાજ કરવાનો વિચાર કર્યો અને સ્ટીમ-બાથ લીધા. બ્યારે ઘણું દુઃખ થતું ત્યારે સ્ટીમ બાથ લેતો એટલે તરતજ આરામ જણાતો. બાથ લેતી વખતે ગળા ઉપર પાટો રાખતો. પ્રથમ તો ગાંઠ વધુ સખ થઈ અને તે પછી, તેમાં કાણું પડ્યાં જેમાંથી લોહી અને પાણી વહેવા લાગ્યું. ચાર દિવસ પછી તે કાણું વધુ મોટા થયાં અને છેવટે એક કાણું થયું તેમાંથી લોહી અને પર વહેવા લાગ્યાં. તે પછી તરત જ આરામ થયો. થોડા જ વખતમાં સઘળું દુઃખ નાશ થઈ ગયું એટલે ગગર હલકું ફુલ થઈ ગયું અને હવે તો મને એટલી બધી શક્તિ છે કે જે અગાઉ રૂઢી પણ નહોતી.

પત્ર નં. પર મો. યાદશક્તિની નબળાઈ, ચરબીનું વધવું, ધાસનળીની શુશ્કવણ, અનહદ અશક્તિ, બહિરાશ, ગળાનું દરદ અને સખત તાવ.

બહાલા મી. કુન્ડે, મારા ધારવા પ્રમાણે તમારી રૂઢી એટલી તો સાદી અને સરળ છે કે જેમ બેને બે મળીને ચાર થાય એ સમજવું જેટલું સહેલું છે એટલું જ તમારી રૂઢીનું જ્ઞાન સમજવું સહેલું છે. અગાઉ કસરત લેતાં હું ચાકી જતી હતી અને હવે તો મને એટલો વખત હું કામ કરું તોપણ મને ચાક લાગે નહીં. ડાયા કાને હું તદ્દન બહેરી હતી પણ હવે હું ધડીમાળની ટટકટ અને વાતચીત સાંભળી શકું છું. વધારાનો પદાથ એકડો ચવાથી ગળામા અને માથામાં સણુકા આવતા હતા તે હવે તદ્દન મટી ગયા છે. આ બાબતમાં ઘણા ઘણા દાકતરી ઇલાજો કરેલા પણ કોઈપણ તબીબ મારો કેસ સુધારી શક્યો નહીં. તમારા ઇલાજોથી મગજની અને જ્ઞાનતંત્રીઓની નબળાઈ ચાલી ગઈ અને અત્યારે તો હું મારો નવો જન્મ થયો હોય એમ મને લાગે છે. એક વખતે મારી ચાકરડીના પગ સુથળ આવ્યા અને તાવ આવ્યો તથા માથું પણ દુઃખ્યું એટલે તે કામને માટે તદ્દન અશક્ત થઈ પડી. પ્રથમ તો મેં તેને ઝોલાડીને સુવાડી મૂકી અને પરસેવો વળ્યા પછી હીપ બાથ આપ્યો અને પછીથી ક્રીકશન-બાથ લેવા કરમાવ્યું જેથી તેને ઘણો આરામ થયો. ત્રણ દિવસ સુધી લાગત એજ ઇલાજો કરવાથી તે બાઈ તદ્દન સાજ થઈ ગઈ.

મુ. મેંટપીટર્સબર્ગ.

લી. મીસીસ એંગ. ઇ.

પત્ર નં. ૫૩ મો. માથાનો દુઃખાવો.

બહાલા મી. કુન્ડે, લીપઝીકમાં હું હતી તે વખતે તમે મારે માટે જે કાળજી રાખી હતી તે માટે લીપઝીક છોડ્યા પછી હું તમારો ઉપકાર માનવાની આ પહેલી તક હાય ધરું છું. મને ઘણા વર્ષથી માથાનો દુઃખાવો રહેતો હતો અને તે સહન કરતા કરતા હું લગભગ ગાંડા જેવી થઈ જતી હતી. તમારા બાથથી માંડે જડ થાલી બેઠેલું એ ખરાબ દરદ નાશ થયું છે એ માટે હું તમારો આભાર માનું છું. ધન્ય કરે ને આખી દુનિયામાં તમારી રૂઢી જલદીથી ફેલાય અને તમારા ઇલાજોથી દરદો નાશ પામે.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ મીસીસ એમ. ડબલ્યુ.

પત્ર નં. ૪૮ મો, ઉપદંશ (ચાંદી), અનિદ્રા અને આયાનો દુઃખાવો.

બ્હાલા મી. કુન્હે.—મને થયેલું ચાંદીનું દરદ ખાસ અનુભવી દાકતરોએ અસાધ્ય દરાવ્યું હતું તે તમારી રૂઢીથી સાજુ થયું છે એટલું જણાવવાની મારી ફરજ સમજી હું આ દાગળ લખી તમારે આભાર માનું છું. ૭-૮ વર્ષ સુધી પારાની બનાવટનો દવાઓ ખાધી અને બે ત્રણ વખત ગંધકના કીમતી અને ખર્ચાળુ બાય લીધા. આથી થોડો વખત દરદ નરમ પડી પાછું ઉભરી આવતું અને દર વર્ષે મને વધુને વધુ નબળાઈ લાગતી હતી તે પછી માર્યામાં સંપૂર્ણ દુઃખાવો શરૂ થયો. ડાક્ટરોએ સલાહર બાય લેવાનું કહ્યું. તેમને જણાવું કે આ બાય નહીં લઉં તો માફ મગજ નબળું પડી જશે. કંટાળાને છેવટ તમારા પાસે આવ્યો એટલે માત્ર ત્રણ જ બાયમાં મને ફાયદો જણાયો. મહીનાઓથી ગયેલી ઉંઘ પાછી આવવા લાગી. બીજા દરદીઓ આટલું બધું દુઃખ ભોગવે છે તેઓ તમારા પાસે આવે તો તેઓની તમામ ફરીયાદો જોઈ ચાવ. માફ દરદ જડમૂળથી દાઢી નાખવા માટે લાંબો વખત તમારી રૂઢીના ઉપયોગ કર્યો અને હવે પાછો યુવાન જેવો થઈ ગયો છું. તે માટે તમારોજ આભારી છું.

સુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ એફ. ઇ.

પત્ર નં. ૪૯ મો. મુત્રાપય, જળદર વિગેરેનાં દરદો.

બ્હાલા સાહેબ, કેટલાંક વર્ષ પહેલાં મને મુત્રાપય, કમજીવાત અને અનિદ્રાનાં દરદો થયાં હતાં જેથી હું બહુ હેરાન થતો હતો. ત્રણ વર્ષ પછી હું હાલી આલી શક્યો નહીં અને વધારે બિમાર થઈ ગયો એટલે મને ઇસ્પીતાળમાં લઈ ગયા. ઘણીઘણી દવાઓ વાપરવા. માં આવી પણ ફાયદો થયો નહીં. જે ફાલે મેં તમારા ઇલાજો શરૂ કર્યા તેજ ફાલથી મારું દરદો ન્હાસવા માંડ્યાં અને હું સાજો થતો ગયો. અત્યારે મને જુએ તે કદિ પણ માને નહીં કે મારી કેવી દુર્દશા હતી. હું તો ખરી ગયો હોત પણ તમારી રૂઢીથી હું સાજો થયો.

સુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ, જી. એચ.

પત્ર નં. ૫૦ મો. દાંતનું દરદ, સણકો, મોસમી તાવ.

બ્હાલા મી. કુન્હે,—મારાં દરદો માટે અને બીજાઓના દરદો માટે મેં તમારી રૂઢી અનુભવી હતી. મારા ઉપલાં દરદો માટે તમારા સ્ત્રીમ-બાય અને હીપ-બાય ફાયદાકારક થઈ પડ્યા. હાથમાં આવતા સણકા પણ બાયથી જ મટ્યા. હોટેન્ટોટસ લેકોમાં મેં તમારા ઇલાજો વડે ઘણા દરદો સાજાં કર્યાં હતાં. મીશનરીઓ (ધર્મોપદેશકો) બહાર ગામ જાય તે પહેલાં તમારી રૂઢીની તેઓ કેળવણી લે એવી જાતની મોઠવણ કરવા તેઓના ઉપરી અધિકારી આગળ ઘણીવાર બલામણ કરવામાં આવી હતી. તમારી રૂઢીથી હવે પછી હું જે જે કેસો સુધારી શકીશ તે જણાવતો રહીશ.

સુ. વાર્મબાદ, કેપ દેલેની, આફ્રીકા.

લી. તમારો શિષ્ય સી. ડબલ્યુ. મીશનરી.

પત્ર નં. ૫૧ મો. લાંકું અને અનિદ્રા.

હાલે-ઓન-ધી સાલે ખાતેના મી. એસ. નીચે મુજબ જણાવે છે:-એપ્રિલની શરૂઆતમાં મારાં ગળામાં ગાંઠ નીકળી, પ્રથમ તો મેં તેની ઝાઝી દરકાર કરી નહીં અને તે ગાંઠ તો દિનરો દિવસે મોટી થતી ગઈ અને તેથી ન્હારી તંદુસ્તી બગડી. ઉંઘ અને ભૂખ

જતાં રહ્યાં. બરડામાં સલુકા આવવા લાગ્યા અને ઈંડાં જેવડી ગાંઠ નીકળી. તાવ પણ આવવા લાગ્યો. મેં તમારી રૂઢી પ્રમાણે ઇલાજને કરવાનો વિચાર કર્યો અને સ્ટીમ-બાથ લીધા. બ્યારે ઘણું દુઃખ થતું ત્યારે સ્ટીમ બાથ લેતો એટલે તરતજ આરામ જણાતો. બાથ લેતી વખતે ગળાં ઉપર પાટો રાખતો. પ્રથમ તો ગાંઠ વધુ સપ્ત થઈ અને તે પછી તેમાં કાણું પડ્યાં જેમાંથી સોહી અને પાણી વહેવા લાગ્યું. ચાર દિવસ પછી તે કાણું વધુ મોટું થયાં અને છેવટે એક કાણું થયું તેમાંથી સોહી અને પર વહેવા લાગ્યાં. તે પછી તરત જ આરામ થયો. થોડા જ વખતમાં સઘળું દુઃખ નાશુદ થઈ ગયું એટલે 'નર્સર' હલંકું ફુલ થઈ ગયું અને હવે તો મને એટલી બધી શક્તિ છે કે જે અગાઉ દરદી પણ નહોતી.

પત્ર નં. પર મો. યાદશક્તિની નબળાઈ, ચરબીનું વધવું, શ્વાસનળીની ગુચ્છવધ, અનહદ અશક્તિ, બહેરાશ, ગળાનું દરદ અને સખ્ત તાવ.

બહાલા મી. કુન્હે, મારા ધારવા પ્રમાણે તમારી રૂઢી એટલી તો સાદી અને સરળ છે કે જેમ મેને બે મળીને ચાર થાય એ સમજવું નેટલું રહેલું છે એટલું જ તમારી રૂઢીનું જ્ઞાન સમજવું રહેલું છે. અગાઉ કસરત લેતાં હું ઘાડી જતી હતી અને હવે તો ગમે એટલો વખત હું કામ કરું તોપણ મને થાક લાગે નહીં. કાળા કાને હું તદન બહેરી હતી પણ હવે હું ધડીયાળની કટકટ અને વાતચીત સાંભળી શકું છું. વધારાનો પદાય એકડો ચવાથી ગળામાં અને માથામાં સલુકા આવતા હતા તે હવે તદન મટી ગયા છે. આ બાબતમાં ઘણા ઘણા દાકતરી ઇલાજો કરેલા પણ કોઈપણ તબીબ મારો દેસ સુધારી શક્યો નહીં. તમારા ઇલાજોથી મગજની અને જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ ચાલી ગઈ અને અત્યારે તો હું મારો નવો જન્મ થયો હોય એમ મને લાગે છે. 'એક વખતે મારી ચાકરડીના પગ સુછ આવ્યા અને તાવ આવ્યો તથા માથું પણ દુઃખું એટલે તે કામને માટે તદન અચકત થઈ પડી. પ્રથમ તો મેં તેને જોડાડીને સુવાડી મૂકી અને પરસેવો વળ્યા પછી હીપ બાથ આપ્યો અને પછીથી ક્રીકશન-બાથ લેવા કરમાવ્યું જેથી તેને ઘણો આરામ થયો. ત્રણ દિવસ સુધી લાગત એજ ઇલાજો કરવાથી તે બાઈ તદન સાચ થઈ ગઈ.

મુ. સેન્ટપીટર્સબર્ગ.

લી. મીસીસ એમ. ઇ.

પત્ર નં. પૃ મો. માથાનો દુઃખાવો.

બહાલા મી. કુન્હે, લીપઝીકમાં હું હતી તે વખતે તમે મારે માટે જે કાળજી રાખી હતી તે માટે લીપઝીક છોડ્યા પછી હું તમારો ઉપકાર માનવાની આ પહેલી તક લાયક છું. મને ઘણા વર્ષથી માથાનો દુઃખાવો રહેતો હતો અને તે સહન કરતાં કરતાં હું લગભગ ગાંડા જેવી થઈ જતી હતી. તમારા બાથથી મારું જડ લાલી એટલું એ ખરાબ દરદ નાશુદ થયું એ માટે હું તમારો આભાર માનું છું. ધન્ય કરે ને આખી દુનિયામાં તમારી રૂઢી જલદીથી ફેલાય અને તમારા ઇલાજોથી દરદો નાશ પામે.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ મીસીસ એમ. ઇમ્લુ.

પત્ર નં. ૫૪ મો. શરદી વિગેરે.

મી. લુધ કુન્હેને આથી હું સર્ટીફિકેટ લખી આપું છું કે તેના બાપ ઇટલાક મહીના લીધાથી અને તદ્દન સાદો ખોરાક ખાધાથી મારી શરદી અને બીજા રોગો મટી ગયા છે જેને લગતી વિગત જે કોઈ બ્યારે પણ માગશે ત્યારે હું પૂરી પાડીશ.

મુ. લીપઝીક.

લી. એમીલ. પી.

પત્ર નં. ૫૫ મો. વાઈ, મૂર્છા, લોહીની અછત.

બહાલા સાહેબ, મારી પુત્રીને લાગુ પડેલાં આ દરદો માટે તમારી શોધવડે અને તમારા ઇલાજને વડે આરામ કર્યો તે માટે હું તમારો ઉપકાર માનવાની રજા લઉં છું. મોઢી ઠીમતી દવાઓથી અને દાકતરોથી સાબું નહીં થયું તે તમારા કુદરતી વોટર-બાથથી સાબું થયું છે. મારી પુત્રી ૯ વર્ષની હતી ત્યારે તેને દુઃખની પડેલી નિથાની માલૂમ પડી. તે જરા જરા વારમાં બેથુક થઈ જાય. દાકતરોને જતાવતા તેઓએ એવો મત આપ્યો કે લોહી ઓછું થઈ ગયું છે. દવાઓ કરતા ગયા તેમતેમ દરદ તો વધતું જ ગયું. બીજા દાકતરોની સલાહ લેતા તેઓએ જણાવ્યું હતું કે વાપરેલી દવાઓ ખરાબર છે. સૌએ કહી દીધું કે દરદ સાફ નહીં થાય તેથી અને માત્ર બ્રોમાઈડ ઓફ પોટાસીયમ ઉપર આધાર ગખવા માડ્યો. આખરે તમારા પાસે આવતા બધી સમજણ પડી ગઈ અને તમારા ઇલાજોથી સઘળું દુઃખ નાશ પામ્યું. હવે અમારી પુત્રી તદ્દન તંદુરસ્ત છે જે માટે હું અને માઈ કુટુંબ તમારો આભાર માનીએ છીએ.

મુ. ગાબ્રિયેલ, પ્રાંત બોહીમીયા.

લી. તમારો વિદ્યાર્થી એફ. એચ.

પત્ર નં. ૫૬ મો. શરદી અને તાવ.

બહાલા મી. કુન્હે—મારી અને મારી માને માટે તમને કાલજી રાખી હતી તે માટે અમારા ખરા ઉપકારની લાગણી હું દર્શાવી શકતો નથી. મને ટાંઠ ચઢી આવવાની ટેવ હતી અને તે પછી તાવ ચઢતો હોવાથી મને તમારી રૂઢી અજમાવવાનું મન થયું અને તેથી મને તદ્દન કાયદો થયો છે અને મને ખાતરી છે કે ભવિષ્યમાં તમારીજ રૂઢી સૌને ખરી જણાશે.

મુ. હેમબર્ગ.

લી. તમારો ધણો વિદ્યાર્થી ચાર્લ્સ અમર. ડબલ્યુ. પી, એચ. ટી.

પત્ર નં. ૫૭ મો. હાડકાંવાળી ગાંઠ.

બહાલા મી. કુન્હે, શસ્ત્રપ્રયોગ વગર રોગ સાજો કરવાની તમારી વિદ્યાના જે આશિર્વાદ અમને પ્રાપ્ત થાય છે તે માટે અંતઃકરણથી આભાર માનવાની મારી ફરજ સમજું છું. વૈદ્યક સારવાર દર્મીયાન મારા પગ ઉપર આઠ વખત શસ્ત્રપ્રયોગ કરવામાં આવ્યા હતા. પહેલાં આગળા અને પછી પગ કાપી કાઢવાથી મારે ઘોડીવડે ચાલવું પડ્યું. આટલા બધા શસ્ત્રપ્રયોગો છતાં મારો પગ સુધર્યો નહોતો પણ ઉલટું બારેપણું અને અક્ષણમણ જણાવા લાગ્યું અને આગળના જેવુંજ મોટું ગુમડું નીકળ્યું. મને બ્લીક લાગી કે વળી પાછો શસ્ત્ર પ્રયોગ થશે. તમારી વિદ્યા પ્રત્યે મારું ધ્યાન ખેંચવામાં આવતા માર્ચ મહીનામાં મેં તમારી સલાહ લીધી. ચાર અઠવાડીયાં ક્રીકેટન બાથ લીધા અને બીજા તમારી સૂચનાઓ પ્રમાણે વર્તન ચલાવ્યાથી ગુમડું અલોપ થઈ ગયું અને આ પ્રમાણે શસ્ત્રપ્રયોગના બચવાથી હું

બચી. પહેલેથી જ તમારી સાસ્વાદ કરી હોત તો મારા ઉપર આટલા બધા શબ્દ પ્રયોગો થાત નહીં અને મારા અવયવો કાપી નાખવા પડત નહીં. તમારી મદદ માટે તમારો ફરીથી આભાર મારું છું.

મુ. યુડનીટક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ સોદી, ડબ્લ્યુ.

પત્ર નં. ૫૮ મો. ગર્ભશયનું કેનસર (વૃણ) અને લોહીનું પંડવું.

બહાલા મી. કુન્હે, ડીસેઅર મહીનાની એક રાત્રે મારી સ્ત્રીને પુરુષના લોહી ગયું જેથી રાત્રે ૧૧ વાગે ડૉ. કે.ને બોલાવ્યા. રૂનો પોતા મૂકવાથી તરત વેળા તો લોહી બંધ પડ્યું પણ બીજા દિવસે પાછું વહેવા લાગવાથી બીજા ડૉક્ટર ડી. ને બોલાવ્યો. તેણે કહ્યું કે એપરેશન કરવું પડશે. મારી સ્ત્રીની તબીયત વધુ બગડવાથી ત્રીજા ડૉક્ટર પ્રો. એચ. ની સલાહ લીધી. તેણે પણ કહ્યું કે એકદમ શસ્ત્રપ્રયોગ કરવો જોઈએ નહીં તો તેણી બચી રહેશે નહીં. તેણે કહ્યું ગર્ભશયનમાં નાસુર છે. મેં કહ્યું શસ્ત્રક્રિયા વગર કાંઈ ઇલાજ નથી? તેણે કહ્યું બિલકુલ નહીં. પછી હું તમારા ધાસે આવ્યો. તમે હીપ અને સીટસ-આથ તથા ચેલસ ખોરાક ફરમાવ્યો. મારી સ્ત્રીએ તમારી સૂચનાનો અમલ કર્યો અને તેણી સાજી થઈ. હવે તે સહવારના પાંચથી રાતના ૧૦. વાગ્યા સુધી પોતાનું કામકાજ કર્યા કરે છે અને હમણાના જેની તંદુરસ્ત તે અગાઉ દિવસો નહોતી આભાર અંતઃકરણના ઉપકારનો સ્વીકાર કરજો. તમારી રૂઢીની દરેકને બલામણુ કરવાનું અમે દિવિ વીસરશું નહીં. કારણ કે અમે. તમારા ઉપાયો કર્યા નહોત તો મારી સ્ત્રી જીવતી રહેવા પામત નહીં.

મુ. હીપટીક.

લી. તમારો નિમકહલાલ આલખર્ડ. ડબ્લ્યુ.

પત્ર નં. ૫૯ મો—કુકડીયા ખાંસી, બહાલા મી. કુન્હે, ગયા ફેબ્રુઆરીમા મારા બાળકને કુકડીયા ખાંસી થઈ હતી અને તે માટે તમારી સલાહ લખી પુણવી હતી. તમેએ સલાહ આપી કે તે બાળકને તેની મા સાથે સુવરાની પરસેવો વળવા દેવો. બીજી અગત્યની સૂચનાએ તમારા પુસ્તકમાંથી અમેને મળી હતી. અમારૂં બાળક ૧૪ અઠવાડિયાનું થતાં એક રાત્રે તેને સખ ખાંસી આવી. તેણે કારણ તપાસતા માલમ પડ્યું કે અમારી એક ચાકરડી તે બાળકને નિશાળમા તેડી ગઈ હતી. જ્યાં ઘણાં છોકરાને કુકડીયા ખાંસી હતી. આ અમારા બાળકને અમે રોજ બે વખત નવરાત્રી બપોરે ક્રીકચન-હીપઆથ આપવા માંડ્યા આથી બાળકને ઝાડા થયા અને જરા કાપડો જણાયો. દરમીયાન તમારો કાગળ આવ્યો અને તેમા તમે દરેલી સૂચના મુજબ ઉપાયો કરવાથી બાળકને તરતજ આરામ થયો. મતલબ કે તમારી રૂઢીથી જ અમારૂં છોકરું આરી ખરાબ ખાંસીમાંથી મુક્ત થયું અને તે માટે અમે તમારો ધણો આભાર માનીએ છીએ. તમે ઈશ્વરથી બીજા નંબરે છો કારણ કે તમારા ઇલાજોથી જ અમારૂં બાળક જલદી સાજુ થઈ ગયું.

મુ. હાર્જબર્ગ.

લી. તમારો સાચો ઇ. કે.

પત્ર નં. ૬૦ મો—મગજના તંતુઓમાં થતું ભારે દરદ, વાર્ડ, વિગેરે.

બહાલા સાદેમ, માત્ર તમારી રૂઢીને લીધેજ હું ઘણાં દરદોથી સાજો થયો છું. ફ્રેન્ડન ખાતે બે પ્રસિદ્ધ દાકતરોના ઇલાજોથી પણ અને કાપડો થયો નહોતો. ત્રણ મહીના સુધી મારે ચયારીમા પડ્યા રહેવું પડ્યું હતું અને મારા મંદવાડને લીધે અને લશ્કરમાંથી પણ ખાતલ કર્યો હતો.

મુ. ફ્રેન્ડન.

લી. તમારો નિમકહલાલ હેન્ડ, બી.

પત્ર નં. ૬૧ મો—સાંભળવામાં મુશ્કેલી, પાંસામાં દરદ, કંદુ, ગુંગામણ, બ્હાલા મી. કુન્દે, તમે વારંવાર અમારી તળીયત માટે પુછપરછ કરો છો જેથી હું મારે પહેલો રિપોર્ટ મોકલી આપું છું. અમે હમેશાં તમોને યાદ કરી ઇશ્વરનો આભાર માનીએ છીએ. મારે પુત્ર એક વર્ષથી બહેરો થયો હતો તે તમારી રૂઢી સારો થયો છે અને સાંભળી શકે છે. ગળાંના ઠાકડા અને ચોળીયા ઉપર આવેલો મોતો ઉતર્યો છે. મારે છોકરો અગાઉ રૂઢ કરતો હતો તે હવે આનંદમાં રહે છે અને બીજાં છોકરાં જેડે રમે છે. આ છોકરો હવે તદ્દન સાંભળે તાંભે થઈ ગયો છે અને અમે તમોને રોજ આશીર્વાદ આપીએ છીએ. છોકરાની માનસિક અને શારીરિક સંપત્તિ ખીલતી જાય છે. મારી પીડમાં થતું દરદ તમારા સીટસ-આથથી સાજું થઈ ગયું છે.

લી. પી. ખાતેના રેવરંડ—એમ.ની પત્નિ.

પત્ર નં. ૬૨ મો, ગર્ભસ્થાનમાંથી લોહીતું પડ્યું.

બ્હાલા સાહેબ, અહીં આં રહેતી રોમાનીયની ક્લેરીસ શેવેરીયસ નામની સ્ત્રીને લાગેલ માર અઠવાડિયાં સુધી ગર્ભસ્થાનમાંથી લોહી પડ્યું. તમારી સલાહ પ્રમાણે તેણીએ અઠવાડિયાંમાં બે હીપ-આથ અને એક સ્ટીમ-આથ અને રોજ બેથી ત્રણ ક્રીકશન-સીટસ બાથ લીધા અને સાદો ખોરાક લીધો. આ ઉપચાર પછી છો દિવસે તેણીની હાલત ઘણીજ સુધરી અને આજે ૧૫ મે દિવસે તેણી તદ્દન તંદુરસ્ત છે. આ ગરીબ સ્ત્રીની પ્રાર્થનાથી આ પત્ર હું લખી તમારે આભાર માનું છું. ઇશ્વર તમારું કલ્યાણ કરે.

સુ. ઝંક. (ડ્રાન્સીલવેનીયા, હંગેરી.)

લી. તમારો વિશ્વાસુ ટીઓડોર

ડી. ગ્રીક કેથોલીક પાદરી.

પત્ર નં. ૬૩ મો—સખ્ત માનસિક નબળાઈ, નબળી યાદશક્તિ.

સાહેબ, વર્ષો સુધી મારી સ્ત્રી નબળાઈથી પીડાતી હતી. પ્રથમ તો તે વિષે કંઈ ધ્યાન આપાઈ નહીં, પણ પછી દરદ વધતાં ઇલાજે લેવા માંડ્યા. નેચર ક્લેર સીસ્ટીમના બધા ઇલાજો અજમાવી જોયા, પણ કંઈ વળ્યું નહીં. ૧૮૯૦ ના એપ્રિલમા મી. લુઈ કુન્દેના ખાતામા સારવાર કરાવી, તો પ્રથમ તો એવું લાગ્યું કે આ કેસ તો ઉલટો વધુ બગડે છે. પણ સાત અઠવાડિયાં પછી સુધારો થતો જણાયો. કુન્દેના સીટસ બાથ અગીયાર મહીના અંતથી અજમાવ્યા ત્યારે ખરો આરામ થયો. પહેલાં તો મગજ શક્તિ નબળી પડતી જણાઈ પણ હવે તે ફરીમાદ દૂર થઈ ગઈ છે. અગાઉ બે માસ લેવાતું નહોતું. ત્યારે બાથ પછી ૧૦મે મહીને તે ૧૨ થી ૧૩ માસ સુધી ચાલી જતી. તેના શરીરના તમામ ભાગો તંદુરસ્ત થવાથી યાદશક્તિ સુધરી ગઈ અને આનંદી જણાવા લાગી. ઇશ્વરની કૃપાથી તમારી સલાહ લાગુ પડી તે ખાતે તમારો આભાર માનીએ છીએ. ઇશ્વર માણસને એવી સદ્સુધ્ધિ આપે કે જેથી તેઓ તમારી સાદી અને સરળ રૂઢીને લાભ લે.

સુ. બર્લીન.

લી. સી. એસ.

પત્ર નં. ૬૪ મો—માથાં અને આંખનું દરદ, લોહીની તંગી, નબળાઈ, મુશ્કેલ શ્વાસોચ્છવાસ.

હું સ્કુલમા હતી ત્યારે વળતો વખત માફ માથું દુઃખવા આવતું હતું જેણે પછળથી

ગંભીર સ્વરૂપ પકડ્યું. ૧૫ મે વર્ષે પડી જવાથી પગમા દુઃખાવેા ઉપકર્યો. દાકતરોના ઇલાજોથી કાંઈ વળ્યું નહીં અને હું પથારીવશ થઈ. ઇસ્પીતાલમા લઈ ગયા પણ ત્યાંના ઇલાજોને કારણત લાગ્યા નહીં એટલે ઘેર પાછી આવી. આખે ઝખવળી અને ધામ રૂધાવેા. સપ્ટેમ્બરમાં તમાગ ખાતામા દાખવ થઈ અને પહેલા બાયેજ મને શાન્તિ વળી. પછી રોજ રોજ મારી હાવત સુધરતી ગઈ. પાચ મહીનામા તદ્દન આરામ થયો અને મારી તંદુરસ્તી એટલી સુધરી ગઈ કે સૌ મને જોઈને તાણુન થયા. હું તમારી ઘણી આભારી છું. મગજ, પગ, અને આખો સારી ચલાથી હવે ધરતું તમામ કામકાજ હું કરી શકું છું. મારા દાખલો જોઈ મારા આખા કુટુંબમા તમારાજ ઇલાજો સૌ કરે છે, ઇંધર સૌને તમારા ઇલાજો વાપરવાની મતિ આપેા.

મુ. લીપઝીક.

લી. (મીસીસ) મેરી. આર.

પત્ર નં. ૬૫ મો.—સંધિવા.

બહાલા મી. કુન્હે, મારો મંધિવા દાકતરોએ અસાધ્ય કરાવ્યો. તે પછી મારી જીએ તમારી સલાહ લીધી, તમારા બાય લેતો ગયો તેમ તેમ દરદ ઉભરાતું ગયું પણ ચોથે દિવસે આરામ જણાયો. છુરો પેસાન છુટ્યો. સાધા અને સ્નાયુઓમા ભગયેલો કચરો છુટો પડ્યો અને ૧૪ દિવસે તો હું મારે કામે વળગી ગયો.

લી. તમારો આભારી બ્રુલીયસ. એસ. શહેનશાહી સર્ટીફિકેટ ધરાવનાર શિક્ષક.

પત્ર નં. ૬૬ મો.—પેટમાં દુઃખાવેા, અડચ્છી, બેચેની, હૃદયમાં મુંઝવણ, લોહીતું પડતું. ધ્યાસ નળીને સોજો અને સામાન્ય નબળાઈ.

હું નીચે સહી કરનારની જી પોતાની ૬૧ વર્ષની ઉમરે ઉપલા અનેક દરદોથી પીડાતી હતી. ૧૮૯૦ મા હું તેને રાયલ યુનિવર્સિટી હોસ્પિતાલમા લઈ ગયો પણ ત્યાં તેની તબીબત વધારે બગડી. ૧૮૯૧ મા ઘેર લાવ્યા અને રસીયો મૂકી પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. બઅડવાડીયા પથારીવશ રહ્યા પછી હોમીયોપથી ઉપચારો અજમાવ્યા પણ દરેક દાખરને દેસ અસાધ્ય લાગ્યો. આખરે તમારા ખાતામા અમે તેણીને લાવ્યા અને તમારા રોજના બે ક્રીકશન-સીટસ બાય અને સાદા ખોરાકથી આરામ થવા લાગ્યો. એક અડવાડીયામા પાચન શક્તિ સુધરી અને પછી તેણીના અનેક દરદો નામુદ થવા લાગ્યા. આ પ્રમાણે માછ થયેલી જોઈ લોકો તાણુન થયા. આખે તેજ વધ્યું. દાકતરોના બે વર્ષના ઇલાજોથી કાંઈ ત વળ્યું. પણ તમારા ઇલાજોથી બે મહીનામા આરામ થયો. અમે જીન્યુ ત્યા સુધી તમારો આભાર માનીશું. ઇંધર તમારા કાર્યમા સહાય થાવો, દરદને જડમૂળથી નામુદ કરનાર વને એકજ વેધ છે.

મુ. લીપઝીક.

ગુસ્તાવ. પી.

પત્ર નં. ૬૭ મો.—આંખતું સાણું નહીં થાય એવું દરદ, જ્ઞાનતંતુએની નબળાઈ, બરડામાં શુળ, વિગેરે.

બહાલા મી. કુન્હે.

મારું દરદ કેમ સાણું થયું તે લખી જણાવવાની મારી રૂઝ મમતું છું. આજ છુટી મારી આખો સુજેલી રહેતી હતી, કાગ્લકે મને બળીયા નીકળ્યા તેની કાંઈ રહી જવા પામી હતી દાકતરોની સલાહ લેતો ત્યારે તેઓ કેવેમેન, પારાનો મરુ

તત્તુ' પાણી, વિગેરે આપતા. મારી હાલત બહુજ શોષકનક થઇ. ગઇ. વીધેનાની આંખની ઈસ્પીતાળમાં છ મહીના રહ્યા. પણ કંઈ વળ્યું નહીં. બોરીક એસીડ, કોસ્ટીક પોટાશ, કોરે-સીવ સમ્પ્લીમેન્ટ, આઇડોફોર્મ, વિગેરે દવાઓ, તથા વખત શસ્ત્રક્રિયા વિગેરે કર્યા છતાં મારા કેસ બગડતો ગયો. દાહતરોએ ઘાટીને મને પડતો મૂક્યો અને જો મેં તમારા ઇલાજને કર્યા ના હોત તો હું જીંદગી સુધી આધળો રહેત. છ મહીના તમારા દીકશન બાથ અને દલકોં સાદો ખોરાક ખાવાથી હું સાજો થયો છું. મારા આંખના દરદ સાથે મારાં ઉપલાં તમામ દરદો સાજાં થયાં છે. તમારા ઇલાજોથી મારી શારીરિક અને માનસિક હાલત સુધરી છે. લોકો તમારા ઉપચારો પ્રમાણે વરતીને દુઃખ દરદોથી મુક્ત થાય તો કેવું સાઈ ?

એસ. (ડ્રા-સીલવેનીયા)

લી. તમારો ઘણોજ નિમકહલાલ મુજેન. કે.

પત્ર નં. ૬૮ એ. ડ્રેફસાંનો ધરમ, ડીપથેરીયા, (Diphtheria)

બહાલા મી. કુન્હે, મારી ૫ વર્ષની પુત્રીનું દરદ તમે સાચું કર્યું તે માટે હું તમારો અંતઃકરણથી આભાર માનું છું. મારા કુટુંબી દાહતરે જણાવ્યું હતું કે તેણીનાં ડ્રેફસાં મુજી આવ્યા છે અને તે ઉપરથી તેણે બે મહીના સુધી તેણીને દવા આપી પણ દિવસે દિવસે તેણીની તબીયત બગડતી ગઈ જતી અને અને મારી સ્ત્રીને ઘણી ધારિત પેડી. આખરે ડાક્ટર લખીને તમેને બોલાવ્યા. તમે દવા બંધ કરવાની અને થર્ડા રાખી તમારી રૂઢી અજમાવવાની બલામણ કરી. અમે તમારી રૂઢી અખતાર કરી અને બીજો જ દીવસે અમારી પુત્રીને આરામ જણાયો. આઠવાડીયા પછી તે સાજી થશે એવી આશા બંધાઈ. હવે તે હસતી રમતી કરે છે. અમે તમેને લખ્યું ન હોતતો માઈ બચ્ચું જીવતું રહેત નહીં. મારાં બીજાં પાંચ બાળકોને થયેલો ડીપથેરીયા તમારી રૂઢીથી સારો થયો હતો જે માટે અમે તમારા આભારી છીએ અને અમારા આ પત્રને તમેને જે ઉપયોગ કરવો હોય તેમ કરવા છુટ આપીએ છીએ.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારો આભારી. કાર્લ આઈ.

પત્ર નં. ૬૯ એ.—પિત્તનું ઉલ્લરાણું, મનની નબળાઈ, મંદ યાદશક્તિ, આપઘાત કરવાનો વિચાર.

બહાલા સાહેબ, તમે સમજા મારી હકીકત રજૂ કરવાને હું શક્તિવાન છું. મારી નસો બગડી ગઈ હતી અને મને જે કોઈ તપાસતું તે માઈ દરદ સાચું કરવાની આશા આપી શકતું નહીં. મારા દુઃખથી કંટાળીને મેં આપઘાત કરવાનો વિચાર કર્યો પણ તમારી રૂઢી અજમાવ્યા પછી મારી હાલત સુધરી અને માથાનો દુઃખાવો નરમ પડી મગજ શક્તિ સુધરી. ઈશ્વર કરે ને સધળા માણસો તમારી રૂઢીનું અનુકરણ કરે એવી મારી પ્રાર્થના છે.

મુ. સેન્ટ મોરેરીયા.

લી. તમારો સાચો છુજો બી. એસ્ટ્રીબન પોસ્ટ માસ્ટર.

પત્ર નં ૭૦ એ.—મટનું બંધ પડી જવું.

બહાલા મી. કુન્હે, ગયા એગસ્ટ માસથી મારી સ્ત્રીને ઝડપુ આવતું બંધ પડી ગયાથી ભારે દરદ થતું હતું. મને બહુ શીકર થવાથી ૧૦ મી એપ્રિલે મેં આપને કાગળ લખ્યો. આપના ઉપચાર કર્યા અને ૯ મહીના સુધી અછાપી પડેલો ઝડપુથાવ ૧૮૯૪ ના માર્ચની તા. ૧૯ મીએ જણાયો. દવાઓ પીધાથી આવાં દરદો સુધરતાં નથી. પણ માન તમારી રૂઢીથીજ સારાં થાય છે એવું દર્શાવવા આ પત્ર લખું છું.

મુ. કીલ.

પત્ર નં. ૭૧ મો. કુકડીયાં ખાંસી.

બહાલા સાહેબ, મારા ત્રણે છોકરાને એકી વેગાએ કુકડીયા ખાસી થઈ હતી અને સગા વહાલાઓ પામેથી તમારી ડહોળા વખણ સાંભળી મેં પણ તમારી રૂઢી મારા ૩ બાળકો ઉપર અજમાવી જોઈ અને તે ઘણીજ ફતેહમંદ નીવડી છે. ત્રણે બાળકોને બહુ સખ્ત કુકડીયા ખાસી થયેલી જે ત્રણ જ દિવસમા મટી ગઈ તે માટે મી. કુન્હે હું તમારો અત-કરણથી આભાર માનુ છું. ધધર કરેને તમારી રૂઢીનો ચોતગદ પ્રચાર થાય અને આ કુદ-રતી, રૂઢીની કોકો વધુ પીગાન કરના થાય.

મુ. શ્રીપત્રીક.

લી. તમારી વિશ્વાસુ મીસીસ થેરેસી, બી.

પત્ર નં. ૭૨ મો. સામાન્ય નખખાઈ, અરૂચી.

બહાલા સાહેબ, જણાવતા આનંદ થાય છે કે તમારી સૂચના મુજબ મારી દીકરીના ઉપચાર કર્યાથી એટલે કે માત્ર ચોડાજ ફીકશન-દીપ-આથ આખાથી એકદમ સુધારો થયો. તેની ભૂખ ઉધડી અને બંધકોપ દૂર થયો, ચામડીની પીળાશ મટી સુવાખી રંગ થયો છે. મુ. કલેનકાંડે.

લી. તમારો નિમકહલાય એફ. બી.

પત્ર નં. ૭૩ મો. સંધિવા, કલેજાનું દરદ, લોહીનું જરૂં.

બહાલા મી. કુન્હે, તમારી રૂઢીથી, હું સાંજે ચવાને બે વર્ષ થઈ ગયા છે અને હજી પણ તંદુરસ્ત છું. મારી કેની હાલન હતી તે તમેને યાદ હશેજ. સંધિવા, ટાંઠ ભરાઈ આ-વની, સળખમ વિગેરે મને હમેશા રહ્યા કરતું હતું. હોમીઓપથી, એયોપથી વિગેરેના દાક્તરો અને બોન યુનિવર્સિટીના પ્રેફેસરોની દવાઓ મેં કરી પણ કાઈ વખતું નહીં એટલે નિરાશ થઈને હું તમારા પાસે આવ્યો અને તમે તમારી રૂઢીથી મને તંદુરસ્ત બનાવ્યો. મારા દાખલાથી ઘણા માણસોએ તમારી રૂઢી અજમાવી જોઈ અને તે સધળાને ફાયદો થયો. હું અને મારૂં કુટુંબ તમારા એટલા બધા આભારી છીએ કે જેનું વર્ણન થઈ શકતું નથી. આ કાગળ લખવાનો હેતુ એટલોજ છે કે તે બહાર થાય તો મારા જેવું દરદ ભોગ-વતા કોકો તમારી રૂઢી વડે સાજ થાય. અત્યારે મારી ઉંમર ૫૨ વર્ષની છે અને આ ૧,૨૫,૦૦૦ આયુર્ભૂતિ વસતીમાળા શહેરના આલેસા ઈવાનએલીકન મીશન ખાતાનો ૧૨ વર્ષથી હું સુપરીનટેન્ડન્ટ છું. કોઈએ મને મગલું હોય કે કાંઈ પુણવલું હોય તો બેવાશક તેમ કરવું.

મુ. બારમેન.

લી. તમારો હમેશનો આભારી અર્નેસ્ટ એફ.

પત્ર નં. ૭૪ મો. પેટનું દરદ, નખખાઈ, બંધકોપ.

૭ વર્ષ સુધી ઉપવા દરદો ભોગવીને સત્ત્ર પ્રયોગ કે દવા વગરના તમારા ઉપચારોથી એક પખવાડીયાની અંદર હું સાંજે થઈ ગયો છું જે માટે તમારો ઉપકાર માનુ છું. તમારી રૂઢી ચરૂ કર્યા પછી પાચ દિવસમાજ મારી પાચન શક્તિ સુધરી ગઈ, આડો સાફ ઉતરવા લાગ્યો. આડા માટે મારે હમેશા એનીમા-બસ્ટી-લેની પડતી હતી. પણ હવે તો કુદરતી રીતે ઉતરે છે.

મા. વી. પશ્ચિમ પ્રદીયા.

લી. રુઝમાસ્તર એડ.

પત્ર નં. ૭૪ મો. જ્ઞાનતાંત્રીઓની નમ્રજાણ,

બહાલા મી. કુન્દે, હું તમારી કેટલી બધી આભારી છું તે જણાવવાની આ તક લઉં છું. દવા દારૂની રીઢીથી માણસ જાત સાજી થવાને બદલે ઉલટી વધારે હેરાન થાય છે. તમારી રીઢી તફન જુદી જ છે. નેચર ક્યોર (કુદરતી ઉપચાર પદ્ધતિ) ની સામે યવું અને એ રીતે પોતાના અને પોતાનાં સગાં વહાવાંની જીંદગી વધુ બચમાં લાવી મૂકવી તે છતી આખે આંધળા થઈ બેસવા ખરાબર છે. આ રીઢી એટ ઘણી જ મદત્તની છે અને તેના વડે મારી પોતાની જાત ઉપર અને સગાં સંબંધીઓમા ઘણી જ સારી અસર કરી શકું છું. મારી બહેનની જીંદગી તમારા ઇલાજો વડેજ બચવા પામી છે અને મારાં બાળકોના જૂદા જૂદા મંદવાડ માત્ર તમારા ઇલાજોથીજ યોગ્ય નિષ્પત્તમાં દૂર થવા પામ્યા છે. લીપઝીકમાં તમારી ઓળખાણ થવાથી હું ઘણી મગરૂબ થઈ છું અને જ્યાં જ્યાં જઈશ ત્યાં ત્યાં હું તમારીજ રીઢીની બલામણુ કરતી રહીશ.

સુ. વીએના.

લી. તમારી સાચી મીસીસ ઓહ્યા એલ.

પત્ર નં. ૭૬ મો. સંધિવાથી અકડાઈ જવું.

બહાલા સાહેબ, જણાવતા આનંદ થાય છે કે તમારા સ્ટીમ અને ક્રીકશન-હીપ-બા. થી અને થયેલો સંધિવા મટી ગયો છે. બીજાજ બાથ પછી હું ચાલવાને શક્તિવાન થયો. આવા દરદીઓને હું તમારી રીઢીની મજાસુત બલામણુ કરતો રહો છું.

સુ. લીપઝીક.

લી. તમારો નિમકદલાસ જી, ઇ.

પત્ર નં. ૭૭ મો. લંગડો હાથ.

મારા પહેલીવારના લગ્નનો ઓગસ્ટ વોન બી. નામનો પુત્ર હતો. તેને ૧૨૧ વર્ષની ઉંમરે ૧૮૮૬ ના ડીસેમ્બરમાં જન્મણુ હાથમાં બારેપણું અને સપ્ત દરદ જણાવું. હુઃખાવો એટલો બધો વધી ગયો કે ઝોળીમાં હાથ રાખવો પડ્યો. ઘણા ઉપાયો કર્યા ગયું કાષ્ઠ વળ્યું નહીં. મી. કુન્દેની રીઢીનાં વખાણુ થતાં સાંભળી મેં મારા પુત્રને તેની સારવારમાં મૂક્યો અને તેમણે કહ્યું તેમ મેં કર્યું. આખરે ઘણા વખત પછી અને કોઈ કોઈવાર સપ્ત હુઃખાવાપછી હાથ સુધર્યો. ક્રીકશન-હીપ-બાથ અને સીટસ-બાથથી હાથ તદ્દન સાજો થયો એટલુંજ નહીં પણ હુખ ઉઘડી અને પાચનશક્તિ સુધરી ગઈ.

સુ. ટ્રેડન.

(સહી) એડલ. કે.

(લેફ્ટેનન્ટ કર્નેલ કે. ની પત્નિ)

પત્ર નં. ૭૮ મો. ગર્ભાશયની ગંભીર ગુચ્છવણુ, પ્રદર.

બહાલા સાહેબ, તમોએ મને સાજી કરી છે તે માટે અહીંથી જતાં પહેલાં તમારો ઉપકાર માનવાની હું મારી ફરજ સમજું છું. મારા દરદ માટે મેં સૌથી સારામાં સારા દાકતરોની સલાહ લીધી હતી પણ સુધારો થવાને બદલે મારી હાલત વધારે ને વધારે ખરાબ થતી ગઈ. તમારા ઇલાજોથી હું હવે તદ્દન સાજી થઈ છું. તમારી રીઢી કેટલી સાદી અને ઉપયોગી છે તે વિશે હું જ્યાં જ્યાં જઈશ ત્યાં દિમાયત કરીશ અને દવા તથા ઓપરેશન વગર કેવાં કેવાં દરદો સાજા થાય છે તે મનનવીશ. તમારો શ્રીધી આભાર માનનાર.

સુ. લીપઝીક.

તમારી વિશ્વાસ મીસીસ મ. એલ.

પત્ર નં. ૭૯ મો. પાચનશક્તિની અવ્યવસ્થા.

બ્હાલા સાહેબ.

મારી પતિને માટે તમે જે જે બાંધની સલાહ આપી હતી. તે માટે તેણી તરફથી હું તમારો ઉપકાર માતું છું. ચાર વર્ષથી તેણીની પાચનશક્તિ બગડી હતી અને કોઈ પણ દવાદાર લાગુ પડ્યાં નહીં. તેની હાલત એટલી બગડી કે જીવવાની આશા છોડી. આખરે અમે તમારી પામે આવ્યાં. તમારા ઇલાજે સાચા પાંચ મહીના મુધી કરવાથી તે સાચુ થઈ ગઈ છે. તેણીનું વજન અંગાઉ ૧૦૪ રતલ હતું. જે હમણાં ૧૨૬ રતલ જેટલું થયું છે. જે માટે અમે અંતઃકરણથી તમારો ધણો ઉપકાર માનીએ છીએ.

સુ. કીચ્છાઈન, લેવર લુમેટીયા.

લી. તમારો સાચો ટી. ડબ્લ્યુ.

પત્ર નં. ૮૦ મો. રહેલી ગર્ભાવસ્થા અને રહેલાઈથી સુવાવડ.

બ્હાલા સાહેબ, હું તમોને જાણપતો નથી, તોપણ મારી સ્ત્રી માટે પત્રથી તમે જે સલાહ આપી હતી તે પ્રમાણે ઇલાજે અમે લીધા છે. તેમણે ધણો ફાયદો થયો છે જે માટે અમે તમારો ઉપકાર માનીએ છીએ. મારી સ્ત્રીને ચાર સુવાવડ આવી છે. પહેલી ધણીજ મુશ્કેલી હતી. બીજી વખતે આંખોના વડે પ્રસવ કરાવેા પડ્યો. ત્રીજી અને ચોથી સુવાવડ પહેલા અમે તમારા ઇલાજે વાપર્યા જે ધણુ મંતોષકરક નિવડ્યા અને બન્ને સુવાવડો રહેલાઈથી થઈ. અમે બન્ને તમારો ધણો પાડ માનીએ છીએઃ કદાચી સુવાવડ એ ખરાબ બનાવ છે અને આવા સારા પરિણામ આવે તે ખુશી થવા જેવું છે. તમોને અમારા સુભાષિત છે.

સુ. મ્યુનીચ.

લી. તમારો સાચો બ્યોર્ન એસ.

પત્ર નં. ૮૧ મો. ગાઉટ-નજલો.

બ્હાલા સાહેબ, તમારી સારવાર માટે આ પત્ર મારફતે મારા અંતઃકરણના ઉપકારો મોકલું છું. મને માફ દરદ એટલા લાભા વખતથી હેરાન કરતું હતું કે નિશાળે જતી હતી ત્યારથી મને અંગુઠામા દરદ થઈ આવતું હતું. કોઈ પણ દાકતરો મને આરામ કરી શક્યા નહીં અને દરદ વધતું ગયું. મારા હાથપગના સાધા એટલા બધા અકડાઈ ગયા હતા કે તે કાંઈપણ ઉપયોગમા આની શક્તિ નહીં. બાળકની મારફતે હું લાચાર થઈ ગઈ હતી. મારાથી ખવાતું નહોતું જેથી કોઈ બીજું માણસ મને ખવરાવતું હતું. હું તમારા પામે આવી અને તમારા બાથવડે બે ત્રણ અઠવાડીયામાજ આરામ થયો. હું રહેજ આલવા લાગી અને સુજી ગયેલા હાથ નરમ પડ્યા લાગ્યા. તે પડી તમારી રૂઠી ચાપુ રાખ્યાથી મને ફાયદો થતો ગયો. જેમણે મને અંગાઉ જોષ હતી તેઓજ બગમુ સમજી શકે કે હું તમારી કેટલી બધી આભારી છું.

સુ. લીપઝીક.

લી. તમારી વિશ્વાસુ એમીલ. ડબ્લ્યુ.

પત્ર નં. ૮૨ મો. ગળાંતું ગંભીર દરદ.

મને માયાતું, મૂર્છાતું, અને ગળાંતું દરદ હતું જે સાચું કરવા માટે તમારો આભાર માનવા આ પત્ર લખું છું. દુઃખ દરદ લોગવનાર માણસ જાતના બલા માટે ઈશ્વર તમોને દીર્ઘાયુ કરે.

લીપઝીક.

લી. તમારી સાચી કેરોલીન. કે.

પત્ર નં. ૮૩-૮૪ મો. વાઈ.

હું નીચે સહી કરનાર આ સર્ટીફિકેટ લખું છું કે લીપઝીકમાં ફ્લોસપ્લાટસ ખાતેના જળોપચાર ખાતાના માલિક મી. હુધ કુન્હેએ મારા શિષ્ય ગોવેલું વાઇનું દરદ મટાડ્યું છે. દિવસમાં ઘણીવાર આ છોકરાને વાઇ આવતી હતી જે હવે બંધ પડી છે અને તે છોકરાના ચહેરા ઉપર તાંદુરસ્તીનાં ચિન્હો જણાય છે. તમે એ વાત જણાવવા નહીં દો પણ તમારી મરજી વિરૂદ્ધ હું તે જણાવી દર્શાવું અને તે એ કે ચાર મહીનાથી વધુમુદત સુધી તમે આ છોકરાની મદત સારવાર કરી એટલુંજ નહીં પણ તે છોકરાની વિધવા માતા મીસીસ છલા ગોલેને તમેએ નાણાંની પણ મદદ કરી કે જેથી તે બાઈ તે છોકરાને વધારે સારી રીતે રાખી શકે. માદાંના મદદ કરનાર તમારા જેવા ભોગ આપનાર જ ખરા સલાહકાર ગણી શકાય.

મુ. લીપઝીક.

લી. ઇ. એચ.

પત્ર નં. ૮૫ મો. ખરડાની કચેરાનું મરડાજ બંધું. જ્ઞાનતાંત્રીઓની નબળાઈ.

મારા છોકરાનું અને માદું દરદ તમારી રીઠીથી સાંજ થયું છે તે માટે હું તમારા અંતઃકરણથી ઘણાજ આભાર માનું છું. છ મહીના થઈ ગયા છતાં પણ તમારા ઇલાજો અમે શ્રદ્ધા પૂર્વક અજમાવ્યા જઈએ છીએ. મારા છોકરાની ખરડાની કચેરા વાંકી વળી ગયેલી તે અને મને થયેલ જ્ઞાનતાંત્રીઓની નબળાઈનું દરદ તમારી રીઠીથી સાંજ થયાં છે. આ હકીકતને તમે ગમે તે ઉપયોગ કરજો.

લી. વીમાર.

લી. તમારા ઘણા નિમકદલાસ છી. એમીરલ.

પત્ર નં. ૮૬ મો. ઇનફેલ્યુએન્સા, માનસિક ઉરકેરણી, અનિદ્રા.

બ્લાલા મી. કુન્હે,

મારા પતિને સાંજે કરવા માટેના તમારો આભાર હું વીસરી શકતી નથી. ૧૮૯૩ના ડીસેમ્બરની અઘવચે માગ પતિને સખ્ત ઇનફેલ્યુએન્સા થયો અને અમે તેના જીવવાની આશા છોડી દીધી. મગજ ઉપર એટલી અસર થયેલી કે તેને કાંઈ બાન નહોતું. પંદર દિવસ સુધી અમે આ સ્થિતિમાં રહ્યા. ક્રમશઃક્રમશઃ કાંઈ વળ્યું નહીં એટલે તેમણે માત્ર શાન્તિ જાળવવા બલામણુ કરી. મારા મિત્રાની સલાહથી મેં તમેને બોલાવ્યા અને તમે જાતે પહેલા પાંચ બાય આપ્યા. પહેલા બાયથી જ જાન્તિ વળી હતી. બીજા બાયથી ઉંધ આવી, ત્રીજા બાયે વળી બાન આવ્યું. ચોથે દિવસથી સ્વપ્નમાંથી જાગ્યા જેવું લાગ્યું. મને તમારી રીઠી ઉપર પહેલા તો વિશ્વાસ ન બેડો પણ પછી અચ્ચે પામી. અમારી ચિંતા તમે ટાળી તે માટે તમારી ઘણી આભારી છું. મારો પતિ તો કહે છે કે મી. કુન્હેએજ તેની જીંદગી બચાવી. મારા પતિના તરફથી તમારો ઉપકાર માનું છું.

મુ. ફેરડન.

લી. તમારી વિશ્વાસ કલોથીલડે રબલ્યુ.

પત્ર નં. ૮૭ મો. માદાંનો સપ્ત દુઃખાવો.

બ્લાલા મી. કુન્હે, મને ૧૫ દિવસ સુધી લાગઈ માદાંનો દુઃખાવો રહ્યો હતો તે તમારી રીઠીથી સારો થયો છે જે માટે તમારો ઉપકાર માનવાની રજા લઉં છું. નાનપણમાં મને

અવાર નવાર માથાનો દુઃખાવો થતો ને ચોડાંક વર્ષો પછી દર મહીને થવા લાગ્યો. પછી દર અઠવાડિયે ૨૪ કલાક સુધી થતો પણ આઠ મહીના અગાઉ તો લાગડ પંદર દિવસ સુધી ચાલ્યો તે એટલે સુધી કે મને મારા મગજમાં કંઈ સોજો ચડ્યો હોય એવું લાગ્યું. આખી ડાળી બાજુ અને આંખો દુઃખ્યા કરતી. તમારા પહેલાજ બાથથી મને કાયદો જણાયો અને આજે મને ૫૨ વર્ષ થયાં છે પણ હું તો બહુ જુવાનીમાં જ છું એવું લાગે છે. મારા પાછલા ભાગે ઠંડા પાણીમાં રાખી બાર દિવસ સુધી બાથ લીધા જેથી મને ઘણો શયદો થયો. બાથ લીધા પછી હું સ્થેજ ચાલતી. તમારી રૂઢીના ચોપાનીયાં છપાવો તો મને ચોડાંક મોકલશે એટલે તે મારા આડેશી પાડેશીમા વહેંચી તમારી રૂઢીનો ફેલાવો કરું.

મું. ટયુબીજન.

લી. તમારી વિશ્વાસુ ઇ. એ. એલ.

પત્ર નં. ૮૮ મો. સ્ટેલી સુવાવડ.

બહાલા મી. કેન્ડે, મુસાફરીમાંથી દમચૂજન હું પાછી આવું છું અને તમારી જુબીલીની વાત સાંભળી આ પત્ર દ્વારા તમોને સુઆરકઆદી મોકલું છું. એક વર્ષ ઉપર હું લીપઝીક આવેલ અને તમારી રૂઢી અજમાવી જેથી ત્રણજ અઠવાડિયામાં મને કાયદો જણાયો. ઠંડીના દિવસો હતા તે છતાં તમારા દલા મુજબ મેં ક્રોક્શન-સીટસ-બાથ લીધા અને તમારા દલા પ્રમાણે વરતી જેથી મારી સુવાવડ ઘણીજ સ્ટેલાઈથી થઈ. પ્રથમની બે સુવાવડોમાં મને ધાવણ નહોતું પણ આ વખતે તો હુંજ ધવરાતું છું. જરા એટ મીલની કંઈ પણ પાઉં છું. ત્રીજા બાળકનું પેટ જન્મથી જરા મોટું હોવાથી તેને પણ હું લીપ-બાથ આપું છું. પ્રથમ તો સૌ મારી મસ્કરી કરતાં હતાં પણ હવે મને સારી ચેલેલી જોઈ છે અને મારી ઉમર કરતાં ૧૦ વર્ષ નાની હોઈ એવું લાગે છે ત્યારે સૌ અચંબો પામ્યાં છે. તમારા દલાને લીધા પહેલાં મેં દુનિયાના ઘણા વેદોની સલાહ લીધી હતી અને હવાફેર કર્યા હતા પણ કંઈ વળ્યું નહોતું. હું સગર્ભા હતી તે છતાં રોજ બે ક્રોક્શન-સીટસ-બાથ લેતી અને તમે કહેતા તે ખોરાક ખાતી. માફ ત્રીજું બાળક ત્રણ મહિનાનું થયું છે અને ઘણુંજ તંદુરસ્ત છે. અહીં જુલીયોના બાર કુટુંબો તમારા ઉપચારો કરે છે. મારી બહેન માસ બંદુ ખાતી અને મારા કહેવા મુજબ નહોતી ચાલતી તેને ઘણી મુશ્કેલ સુવાવડ થઈ અને ધાવણ ખિલકુલ નથી. તમારી રૂઢી ઉપર સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખવા હું લોકોને ઉપદેશ આપું છું.

મું. જુલીયો.

લી. તમારી વિશ્વાસુ સી. બી.

પત્ર નં. ૮૯ મો. કલેજનું દરદ, પથરી, નળખાધ સંધિવા, માથાનો અને ચેરનો દુઃખાવો.

બહાલા સાહેબ, તમોને યાદ તો હશે કે લીપઝીકના તમારા ઈન્ડીટ્યુટમાં હું તા. ૨૪મી જુનથી તા. ૧૩ મી જુલાઈ સુધી દરદી તરીકે રહ્યો હતો. તમો બહુ છો તેમ હું ઉપનાં દરદોથી પીડાતો હતો પણ તમારી રૂઢીથી હું તદન સાજો થયો છું, તમોએ મને તમારા દલાને ચાલુ રાખવા બલાગચ કરી હતી. ઘેર આવ્યા પછી ઉચ્ચે મારી બે વખત પથરી પડી. તરતજ મેં લીપ-બાથનો ઉપયોગ કર્યો જેથી મને ઘણુંજ આરામ થયો. હવે હું તદન તંદુરસ્ત છું અને મને ને જુએ છે તેઓ તાજુબ થાય છે. તે માટે હું તમારોજ આભારી છું. મારો દાખલો જોઈ અહીંની એક વિધવા બાઈએ તમારી રૂઢી અજમાવવાનો નિશ્ચય

પત્ર નં. ૯૩ મો. હુંકા પગને લીધે લગભગપણું, કમરનું દરદ, ઉઠાસીનતા,

મીસીસ જ્યેષ્ઠ પોતાના ઉપકાર ખતમા નીચે પ્રમાણે જણાવે છે. ૧૮૮૫ ના ઓક્ટોબરમા એલસા નામની મારી ૪૫ વર્ષની ઉંમરની છોકરી કમર આગળથી ગંદાઈ ગઈ હતી. ડાક્ટરોની દવા કરી પણ કંઈ વળ્યું નહીં અને પગ ઉપરો હુંકા થઈ ગયો અને ત્રણ અઢવાડીયા સુધી પ્લાસ્ટરનો પાટો રાખ્યો. પણ લાગેો થવાના કિવાયો પણ કરી નોંધા પણ કંઈ વળ્યું નહીં. આખરે લીપગ્રીકના પ્રેસિસર એસ. ની સારવાગ તળે તેણીને મૂકવામા આની જેણે વધત્ર સુધ રહેવાની સલાહ આપી કચો કાયદો નહીં થવાથી લીપગ્રીકની ઇમ્પ્રોવાયમા ત્રણ અઢવાડીયા રાખી અને ત્યાં પછી કાલ કાયદો જણાયો નહીં. પગનો ચાપો મુલાભો હતો તે બરડ થઈ ગયો અને ચોહુક ઉભાતું હતું તે પણ બધ પડ્યું. આખરે સારી થવાની આગા મૂકી દબને એક છે લા ઇક્સન તરીકે તેણીને તમારી સારવાર તળે મુકી. હું તમારી દરેક સૂચનાનો અમલ કરતી અને મારી છોકરી ત્રણજ બાથ આપ્યા; પછી ઉભી રહેવા લાગી તે જોઇને મારા હર્ષનો ખાગ રહ્યો નહીં. બીજા ત્રણ દિવસ પછી તે તે ચાલવા લાગી અને પખનાડીયા પછી દાદર ચડવા લાગી. જે સ્નાયુઓ સંપૂર્ણ થઈને જડ બની ગયા હતા તે પોચા પડના લાગ્યા અને ત્રણ મહીના પછી બન્ને પગ એક્સરસી લખાઈના બની ગયા.

સુ. લીપગ્રીક.

લી મીસીસ મીના, જ્યેષ્ઠ.

પત્ર નં. ૯૪ મો. સંધિવા, બધકેપ, લોહીનું જનું, ટાઈફા, ગર્ભાવયનું દરદ, ખાંસી, સ્કાર્લેટ ફીવર.

બ્રહ્મા સાહેબ, ૧૮૯૧ના ઉનાળાની આખરે “ન્યુ સાયન્સ એન્ડ લીફીંગ” નામના તમારા પુસ્તકની બીજી આવૃત્તિ મારા હાથમા આવી અને મને તમારા ઉપર વિશ્વાસ કોવાથી તે વખતથી હું, મારી સ્ત્રી અને છોકરા તે પ્રમાણે વર્તીએ છીએ અને કહેતા આનંદ વાય છે કે તેથી અમે સારાણે ધણે કાયદો થયો છે. તે વખતે હું પર વર્ષની ઉંમરનો હતો અને મને સંધિવા લાગુ પડ્યો હતો, પછી મે ફ્રીક્શન-સીટસ બાથ અને અવાર નવાર સ્ટીમ-બાથ લીધા જેને ખતિણામે આજે સવા વર્ષથી મારા નવો અવતાર થયો છે. મારામા કામ કરવાની રકુર્તી આવી છે અને હું તદ્દન ટંડુરત થઈ ગયો છું.

મારી સ્ત્રીને પેટના અને પેશાબના દરદો હતા અને અજીર્ણ રહ્યા કરતું હતું. તેણીએ પણ મારી માફક જ ફ્રીક્શન-સીટસ બાથ લેવા માફ્યા જેને લીધે તેણીને ધણે કાયદો થયો અમે બન્ને તમારી સૂચના મુજબ ખોરાક લેતા હતા તેથી અજીર્ણ તાલુદ થયું અને એક છોકરાને, જન્મ આપ્યો જેને તમારી રહી મુજબ ઉત્તરવામા આવ્યો આજે તે છોકરો એટલો બધો ટંડુરત અને પોતાની વયના બીજા છોકરાઓ કરતા એટલો બધો કામવાળો એટલો બધો ટંડુરત અને પોતાની વયના બીજા છોકરાઓ કરતા એટલો બધો કામવાળો (શરીરે ઉચો) લાગે છે કે અમે બીજા જાણકોને આ પ્રમાણે નહીં ઉઠેથી તે માટે ઘોખો થાય છે. આ છોકરા બાથ છે ધણું ચોહુક થતી ચિંતાથી મારી સ્ત્રીને એક વખતે થાય છે. આ છોકરા બાથ છે ધણું ચોહુક થતી ચિંતાથી મારી સ્ત્રીને એક વખતે ટાઈફા તાવ લાગુ પડ્યો પછી પદર દિવસમા જ તમારી રહી પ્રમાણે ચાતુ ધલાએ ક્યાંથી કાયદો થયો વળી મારા ૪૫ વર્ષની ઉંમરના એક મામકને સ્કાર્લેટ ફીવર ક્યાંથી કાયદો થયો આથી બ્યારે બ્યારે તાવ ચડેતા ત્યારે ત્યારે લાગુ પડ્યો હતો અને બહારે કરતો હતો. આથી બ્યારે બ્યારે તાવ ચડનાથી અમે તેને અખો તેને પા કલાક સુધી લીપ-બાથ આપતા એક દિવસે વધારે તાવ ચડનાથી અમે તેને

કર્થો. તમારૂં પુસ્તક તેણે વાંચ્યું અને દરરોજ ક્રીકશન-સીટસ-આથ લેવાં માંડ્યા તેથી તરતજ કાયદો થયો. તેણી બહુ ટુલી ગઈ હતી તે ધાટદાર થઈ અને પેટનો બીમાર નીકળી ગયો. તે જાણાવે છે કે માત્ર ૧૫ દિવસમાંજ તેને કાયદો થઈ ગયો.

મુ. વોલમાસ્ટન.

લી. તમારો વિશ્વાસુ એલ. એસ.

પત્ર નં. ૯૦ મો. દમ, લોહીનું જલું, ગળાનો સોજો.

હાલા મી. કુન્ડે, ગયા ઓક્ટોબર આખરે મેં તમારી સલાહ લેવા પત્ર લખ્યો હતો જેનો જવાબ તમારા તા. ૩ જી નવેમ્બરના પત્રમાં હતો. તમારી સલાહથી અને થયેલા શાયદાનો હેવાસ અને હું રજુ કરું છું. મારી સ્ત્રીને ઉપવાં તમામ દરદો હતાં. તેણીએ મહીના સુધી દિવસમાં ત્રણ વખત ક્રીકશન-ડીપ-આથ લીધા હતા, પછી કોઈ કોઈનાર ગરમ ક્રીકશન-ડીપ-આથ અને સ્ટીગ-આથ અવાર નવાર લીધા હતા. તે જોરાક પણ તમારી સૂચના મુજબ રોટલી, અનેનાસ, શાકભાજી વિગેરે પચી શકે તેવો લે છે અને ખુશી હવામાં ધણી વખત રહે છે તથા ઘરનાં બારી બારણાં, ઉધાડાં રાખે છે, શરૂઆતમાં તો છુપા બાજો ઉપર ફેફસા ઉપરયા. તે ડુટયા અને બરાવા. નાની તરફ એક ગડ નીકળ્યું જેમાંથી ગંધાતું પડે નીકળ્યું. દમ પણ ચડ્યો, પણ બહુ ધીમે ધીમે શાન્ત પડી ગયું. ક્રીકશન-ડીપ બાથથી ઠંડી લાગતી તે પણ હવે જતી રહી છે. તે હવે હરેફરે છે અને તેણીને દેખાવ પણ શરી ગયો છે. તમામ દરદો ઉપડી આવીને પછી જ નરમ પડ્યાં. મારી નાની પુત્રી ગળાના સોજાથી પીડાતી હતી તેને પણ મેં ક્રીકશન-સીટસ-આથ અને ડીપ-આથ આપ્યા જેથી તે તદ્દન સાજી થઈ ગઈ છે. હું ખાતરી કરું છું કે તમારી રીઝી જ ખરો ઉપાય છે. તમેજે આપેલી સલાહ માટે તમારો અંતઃકરણથી ઉપકાર માતું છું.

મુ. હર્મ્સડોર્ફ.

લી. તમારો વિશ્વાસુ ખી. એલ. સ્કુલમાસ્ટર.

પત્ર નં. ૯૧ મો. સંધિયા, પગનો સોજો.

હાલા મી. કુન્ડે, તમારા ઈલાજોથી મારું દરદ સાફ થયું તે માટે તમારો ઉપકાર માન્યા વગર મારાથી રહેવાતું નથી. તમારા સાદા સીટસ-આથથી ત્રણજ મહીનામાં મારાં ઉપલાં ખરાબ દરદો મટી ગયાં છે. મારા હાડકાં એટલાં બધા મુજબ ગયાં હતાં કે હું તદ્દન ટુલી લંગડી દેખાતી હતી અને મારાથી કાંઈ પણ બની શકતું નહોતું. દાદર તો ચડતો જ નહોતો. મારું દરદ ઝડપથી સાફ થવા માટે તમારો અંતઃકરણપૂર્વક ઉપકાર માતું છું અને આવા દરદોએ હું તમારી રીઝી અજમાવવા બલામથુ કરું છું કેમકે તમારી રીઝી સૌથી સાદી અને શાયદાકારક છે.

મું. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ મીસીસ ટી.

પત્ર નં. ૯૨ મો. ગર્ભસ્થાનમાં ગાંઠ, પ્રદર.

એમ. ખાતેની મીસીસ એચે. એક દિવસે અને મળવા આવ્યાં અને નીચે મુજબ જણાવ્યું:—મારી એક બાજીજી તમારા ખાતામાં રહી ગઈ હતી જેથી તેને આરામ થવાથી તમારી રીઝીનો લાભ લેવા તેણે પોતાની કાપડને આગ્રહ કર્યો. તેણીને ગર્ભસ્થાનમાં થયેલી ગાંઠ કાપવા દાકતરોએ સલાહ આપી પણ તેમ કરવું તેને પર્મદ ન પડ્યું. તમારા ઇલાજો શરૂ કરવાથી આરામ થયો. કમળજીવંત મટી ઝાડો સાફ આવવા લાગ્યો અને પેશાબ છુટતી થયો. આખરે બધાં દરદો મટી ગયા અને તે તંદુરસ્ત બની ગઈ.

પત્ર નં. ૯૩ મો. હુંકા પગને લીધે લ'ગડાપણું', કમરનું દરદ, ઉદાસીનતા.

મીસીસ એચ. પોતાના ઉપકાર પત્રમા નીચે પ્રમાણે જણાવે છે. ૧૮૮૯ ના ઓક્ટોબરમા એલસા નામની મારી ૪૫ વર્ષની ઉમરની છોકરી કમર આગળથી ઝડાઈ ગઈ હતી. ડાક્ટરોની દવા કરી પણ કાંઈ વળ્યું નહીં અને પગ ઉપરો હુંકા થઈ ગયો અને ત્રણ અઠવાડિયા સુધી પ્લાસ્ટરનો પાટો રાખ્યો. પણ લાંબો થવાના ઉપાયો પણ કરી જોયા પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. આખરે લીપઝીકના પ્રેફેસર એસ. ની સારવાર તળે તેણીને મૂકવામા આવી જેણે તદ્દન સુધ રહેવાની સલાહ આપી. કશો કાયદો નહીં થવાથી લીપઝીકની ક્લિનિક તાલમા ત્રણ અઠવાડિયા રાખી અને ત્યાં પણ કાંઈ કાયદો જણાયો નહીં. પગનો ચાપો સુવાળો હતો તે બરડ થઈ ગયો અને વોહુંકે ઉભાતું હતું તે પણ બંધ પડ્યું. આખરે સારી થવાની આશા મૂકી દઇને એક છેલ્લા ઇલાજ તરીકે તેણીને તમારી સારવાર તળે મૂકી. હું તમારી દરેક સૂચનાનો અમલ કરતી અને મારી છોકરી ત્રણજ બાથ આપ્યા પછી ઉભી રહેવા લાગી તે જોઇને મારા હૃદયનો પાર રહ્યો નહીં. બીજા ત્રણ દિવસ પછી તો તે ચાલવા લાગી અને પખવાડિયા પછી દાદર ચડવા લાગી. જે સ્નાયુઓ સંપૂર્ણ થઈને જડ બની ગયા હતા તે પોચા પડવા લાગ્યા અને ત્રણ મહીના પછી બન્ને પગ એકસરખી લ'બાઈના બની ગયા.

સુ. લીપઝીક.

લી. મીસીસ મીના, એચ.

પત્ર નં. ૯૪ મો. સંધિવા, બંધકોપ, લોહીનું જડું, ટાઇફસ, ગલ્લાપિયનું દરદ, ખાંસી, સ્કાર્લેટ ફીવર.

બહાદુર સાહેબ, ૧૮૯૧ના ઉનાળાની આખરે "ન્યુ સાયન્સ ઓફ હીલીંગ" નામના તમારા પુસ્તકની ખીછ આવૃત્તિ મારા હાથમા આવી અને મને તમારા ઉપર વિશ્વાસ હોવાથી તે વખતથી હું, મારી સ્ત્રી અને છોકરા તે પ્રમાણે વર્તીએ છીએ અને દહેતા આનંદ થાય છે કે તેથી અમે સધળાને ધણો ફાયદો થયો છે. તે વખતે હું ૫૨ વર્ષની ઉમરનો હતો અને મને સંધિવા લાગુ પડ્યો હતો, પણ એ ફ્રીક્શન-સીટસ બાથ અને અવાર નવાર સ્ટીમ-બાથ લીધા જેને પરિણામે આજે સવા વર્ષથી મારો નવો અવતાર થયો છે. મારામા કામ કરવાની સ્ફુર્તિ આપી છે અને હું તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ ગયો છું.

મારી સ્ત્રીને પેટના અને પેશાબના દરદો હતા અને અશુદ્ધ ગલા કરતું હતું. તેણીએ પણ મારી માફક જ ફ્રીક્શન-સીટસ બાથ લેવા માડ્યા જેને લીધે તેણીને ધણો ફાયદો થયો. અમે બન્ને તમારી સૂચના મુજબ ખોરાક લેતા હતાં જેથી અશુદ્ધ નામુદ થયું અને એક છોકરાને જન્મ આપ્યો જેને તમારી રૂઢી મુજબ ઉછેરવામા આવ્યો. આજે તે છોકરો એટલો બધો તંદુરસ્ત અને પોતાની વયના બીજા છોકરાઓ કરતા એટલો બધો કાઠાવાળો (શરીરે ઉચો) લાગે છે કે અમે બીજા બાળકોને આ પ્રમાણે નહીં ઉછેરીએ તે માટે ધોખો થાય છે. આ છોકરો બાથ છે ઘણું વોહું કરતી ચિંતાથી મારી સ્ત્રીને એક વખતે ટાઇફસ તાવ લાગુ પડ્યો પણ પંદર દિવસમા જ તમારી રૂઢી પ્રમાણે આનુ ઇલાજને કારણે ફાયદો થયો. વળી મારા ૪૫ વર્ષની ઉમરના એક બાળકને સ્કાર્લેટ ફીવર લાગુ પડ્યો હતો અને બકારો કરતો હતો. આથી બ્યારે બ્યારે તાવ ચડતો ત્યારે ત્યારે અમે તેને પા કલાક સુધી હીપ-બાથ આપના. એક દિવસે વધારે તાવ ચડવાથી અમે તેને

પાંચ હીપ-બાય આખા એટલે બીજે દિવસે તે શુદ્ધિમાં આવ્યો અને તે પછી ફાયદો જણાયો. તેને કુદકીયાં ખાસી લાગુ પડવાથી પણ એજ ઇલાજે કર્યા જેથી બે ત્રણ અઢવા-વાડીયામાં આરામ થઈ ગયો. મેં દાકતરોની દવા કરી હોત તો મને ઘણું જ ખર્ચ થાત અને છ'ંદગીની ધાસ્તિ રહેત. તમારી રીઠી નહીં ખર્ચ કે નહીં દવા. માત્ર થોડી મહેનત કરવી પડે. તમારી રીઠી તંદુરસ્તીને જ નહીં પણ મગજને પણ ફાયદો કરે છે. આ દાગળને તમારે ગમે તે ઉપયોગ કરજો.

મુ. એસ્પરેડો.

લી. તમારો ઘણો વિશ્વાસુ બી. એચ.

પત્ર નં. ૯૫ મો. પેસાબમાં પથરી.

બહાલા મી. કુન્હે, મુનાપયમાં નકામે પદાર્થ કેટલો બધો બરાઈ રહે છે તે નીચલા દર્દાત ઉપરથી જણાશે. મને બે દિવસ સુધી સહવારમા પેસાબ ઉતરે નહીં. ઘણી મુશ્કેલી પડે અને દરદ થાય. બપોરે પેસાબ કરતા એક નાની પથરી નીકળી. તે પછી કેટલાક દિવસો સુધી પથરાના રંગનો પ્રવાહી નીકળ્યા કર્યો. પછી એક બીજી પથરી નીકળી પણ કાઈ દરદ થયું નહીં. તમારી રીઠીના આ રૂઠા પ્રતાપથીજ મારો કેસ સુધર્યો છે. તમારી રીઠી મુનાપયમાં જામેલો પદાર્થ ઓગળીને કે છુટા પડીને બહાર નીકળે છે અને બચકર માં-દગી ભોગવવી પડતી નથી. મારી ફરજ સમજીનેજ આ હકીકત હું તમને જણાવું છું.

મુ. એસ્પેડો.

લી. તમારો સાચો એ.

પત્ર નં. ૯૬ મો. સાધારણ નબળાઈ, આંખતું દરદ, પેટનો રોગ.

બહાલા મી. કુન્હે, મારી સ્ત્રી પેટના દરદથી અને જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈથી ૧૪ વર્ષ થયાં પીડાતી હતી. ઘણા ઉપાયો કર્યા પણ એકે લાગુ પડે નહીં. દિવસે દિવસે તેણીની હાલત બગડી અને તે કામ કરવાને અશક્ત જણાઈ. તેને આખોતું દરદ પણ લાગુ પડ્યું જેથી તે વાતી શકે પણ નહીં. ૧૮૮૪ ના માર્ચની તા. ૧૭ મીએ મારી સ્ત્રીએ તમારા ઇલાજે શરૂ કર્યા અને હવે તેણીની એ સમસ્યા શરીરમાં નાબૂદ થઈ ગઈ છે. તમામ દરદી-ઓને હું તમારી રીઠી બલામથુ કરું છું.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ જી. એફ.

પત્ર નં. ૯૭ મો. જ્ઞાનતંતુઓની ગંભીર હાલત.

બહાલા મી. કુન્હે, મારી છ'ંદગી અને તંદુરસ્તી માટે તમે જે ક્યું છે તે માટે હું તમારો એકવાર શરીર આભાર માનું છું. તમારી મદદ મળી નહીં હોત તો આ પત્ર લખવાને હું હૈયાત પણુ નહીં હોત, ઘણા ઘણા દાકતરોની દવા કર્યા પછી મને મારા ન-શીય ઉપર મુકવામા આવી પણ તમોએ મને દરદમાંથી મુક્ત કરી. તમારી રીઠી દુનિયાના બહા માટે સર્વત્ર ફેલાય એમ ઇચ્છું છું.

મુ. વીએના.

લી. તમારી આભારી એમા પી.

પત્ર નં. ૯૮ મો. પાચનશક્તિની નબળાઈ. અનિદા.

બહાલા મી. કુન્હે, હું જણાવતા આનંદ પામું છું કે તમારા ક્રીકશન હીપ-બાય અને સ્ટીમ-બાય વડે મારી તંદુરસ્તી મુધરી છે. મારી પાચનશક્તિ મુધરી ગઈ છે કે જેને માટે

મને બહુ હેરાન થવું પડ્યું હતું. મને ઉંધ નહોતી આવતી તે હવે સારી રીતે આવે છે.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારી આભારી,

એમેલી એફ.

પત્ર નં. ૯૮૨ મો. સપ્ત બંધકોષ, પાચનશક્તિનો ખીગાડો, કાળજી કુલી જતું.

બ્હાલા મી. કુન્હે, દવા વગરની તમારી રૂઢીથી મને ઘણાજ ફાયદો થયો છે. ૪૦ વર્ષથી હું અજીર્ણથી પીડાતો હતો તે હવે તદ્દન સાજો થયો છું. મને હવે હમેશાં બે વખત ગ્રાડો સાફ ઉતરે છે જેથી મને ઘણો આરામ જણાય છે. કાળજી વારંવાર કુલી આવતું તે હવે બંધ થયું છે. ત્રણ મહીના ઉપર મને પેટની જમણી બાજુમાં ભયંકર દુઃખાવો હતો તે હવે તદ્દન મટી ગયો છે. દરરોજ સહવારમાં ક્રીકશન-લીપ-બાય લેવાથી અને દારૂ તથા માંસનો ખોરાક બંધ કરવાથી દિવસે દિવસે મને વધારે ઠીક લાગે છે.

મુ. એપબ્લીંગ.

લી. તમારો વિશ્વાસુ એફ. સી. કેપ્ટન.

પત્ર નં. ૧૦૦ મો. જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ, દાંતનું દરદ, માથાનો દુઃખાવો.
અનિદ્રા, માથરાપણું.

બ્હાલા મી. કુન્હે, ૧૮૮૭ માં પહેલ વહેલું મેં તમારી રૂઢી વિશે જાણ્યું અને તે પછી તે રૂઢીથી મેં માફ દરદ સાફ કર્યું. સારા થયા પછી પણ અવાર નવાર તમારી રૂઢીનો ઉપયોગ કરતો રહ્યો. ગયા શિયાળામાં મારા ઉપલા એક દાંતમાં ખાડો પડી તે દુઃખવા લાગ્યો. જમણી બાજુ આખી સુથ ગઇ અને દરદ તો એટલું થાય કે બિલકુલ સુવાયજ નહીં. મેં ક્રીકશન-સીટસ-બાય લેવા માંડ્યો તેથી બહુ ફાયદો તો નહીં થયો. પછી તમારી સલાહ પ્રમાણે સ્ટીમ-બાય સાથે ક્રીકશન-બાય લેવા માંડ્યા અને મને ફાયદો જણાયો, થોડાક કલાકમાંજ મને થતી કળતર બંધ પડી. મારા માથાના દુઃખાવા માટે પણ હું સ્ટીમ-બાય અજમાવું છું જેથી મને ઘણો ફાયદો થાય છે. ક્રીકશન-સીટસ-બાયથી જે ફાયદો થાય છે તેના દાખલા મારા પાસે મોજુદ છે. સપ્ત ઠંડીને લીધે મને શરદી ચર્મિગઇ અને શાદ બેસી ગયો. મારાથી બિલકુલ બોલી શકાયજ નહીં. બે દિવસ તો આ દરદ બોગવી લીધું પણ ત્રીજે દિવસે મેં ક્રીકશન-સીટસ-બાય લીધો જેથી મને ઘણો આરામ થયો એટલે મેં તો તે બે કલાક સુધી લીધો ત્યાર પછી મારો ઘાટો તદ્દન ઉઘડી ગયો જેથી મને તો ઘણી નવાઈ લાગી. આટલો જલદી ફાયદો કોઈ પણ ઇલાજથી ચાત નહીં તમારી રૂઢી ઉપર મને મૂંઝવું વિશ્વાસ બેડો છે. બીજાઓની જાણ માટે આ મારા કાળજીનો ઉપયોગ બેલાશક કરજો.

મુ. લીપઝીક.

લી. તમારો વિશ્વાસુ ડાર્લ એલ.

પત્ર નં. ૧૦૧ મો. સ્થેલી સુવાયડ.

બ્હાલા મી. કુન્હે, મને કહેતાં ઘણો આનંદ થાય છે કે મારી સ્ત્રીની ખીજ અને ત્રીજ સુવાયડ વખતે તમે જે બલામણો કરી હતી તેથી ઘણી સ્થેલાઈથી પ્રસવ થયો હતો અને તે માટે તમારો ઉપકાર માનવાની મારી ફરજ સમજું છું પહેલું બાળક ઘણી મુંઝવે લીધી અને દાકતરની મદદવડે અવતર્યું હતું અને તે દાકતરે જણાવ્યું હતું કે હવે ખીજ

બાળકો ના અવતરે તો સાઈ. તેને મારી સ્ત્રીની હાલત ધણીજ નબળી જણાઈ હતી. પણ તમારી રૂઢી મુજબ વર્તવાથી છેલ્લા બે બાળકો અનુક્રમે અઢી અને એક કલાકમાં જન્મ્યાં હતાં. છેલ્લું બાળક તો પ્રથમના બે કરતાં વધારે કઠાવર હતું.

સુ. ડાંગરે.

લી. તમારો સાચો પૌલ કે,

પત્ર નં. ૧૮૨ મો. ન્યુરેલ્સયા.

મી. લુઈ કુન્ડેની રૂઢીથી મને થયેલા કાયદા માટે ખરા અંતઃકન્થથી તેમનો આભાર માનવા આ પત્ર લખું છું. ન્યુરેલ્સયાનું ભયંકર દરદ મને થયું હતું. તે માત્ર તેમના જ ઇલાજોથી સાઈ થયું હતું. તેમના ઉપાયોથી મારી સાધારણ તંદુરસ્તી પણ બધી રીતે સુધરી છે. તેમના હાઇડ્રોપેથીક આતાનો લાભ લેવા હું દરેક દરદીને બલામણુ કઈ છું.

સુ. લીપ્ઝીક.

લી. મીસ. ઇ. એફ. આર્ટિસ્ટ.

પત્ર નં. ૧૦૩ મો. કાનમાંથી પડતું વહેંચું, કાનમાં થતું દરદ, મોસ-મોનો તાવ.

બહાલા સાહેબ, આપનો પત્ર અને સલાહ મળી. તથા અકવાડીયાં સુધી તમારી રૂઢી મુજબ વર્તવાથી માઈ જુનું હઠીયું દરદ નાશ પામ્યું છે. મારા કાનમાંથી પણ વહેંચું હતું, અંદર દરદ થતું હતું અને મને મોસમી તાવ આવતો હતો તે બધું તમારી રૂઢીથી નાશ પામ્યું છે. તમારી મદદ માટે હું તમારો અંતઃકન્થથી આભાર માનું છું. હું ધણી જ તંદુરસ્ત બન્યો છું. હવે હું રોજ સહવારમાં પાંચ મીનીટ સુધી ક્રીકશન-લીપ-પાથ લઉં છું. તમારો રૂઢીથી આભાર માનું છું.

સુ. પુટો કામેસો, વેનેઝુઅલા, દક્ષિણ અમેરીકા. લી. તમારો વિશ્વાસુ કાર્લોસ એલ. બી.

પત્ર નં. ૧૦૪ મો. જુનો મંધિવા.

બહાલા મી. કુન્ડે,

પૌલ કે. નામનો માલુસ ૨૫ વર્ષથી જુના મંધિવાથી પીડાતો હતો તેને સાન્ને કરવાને હું હમણાં શક્તિમાન થયો છું. તે તમને જણાવવાની રજા લઉં છું કે ખાચ દાકતરોએ કન્થું હતું કે તે દરિયણુ સાન્ને થશે નહીં. તમારી રૂઢીથી મેં તેને છ મહીનામાં સાન્ને કરી દીધો છે. તમારા "ધી ન્યુ સાયન્સ ઓફ લીલીંગ" નામના પુસ્તકની સુંદર જર્મન આવૃત્તિની એક નકલ મને ટપાલમા મોકલશે.

સુ. હીડર્ટ, કેઇસ ન્યુસ.

લી. તમારો સાચો ફ્રાન્ઝ એસ.

પત્ર નં. ૧૦૫ મો. પેટમાં સખત દુઃખાવો, હીસ્ટીરીયાની ચીરો.

બહાલા મી. કુન્ડે,

મારી તંદુરસ્તી વિશે સારો હેવાવ લખું છું. મને વારંવાર પેટનો દુઃખાવો થતો હતો જે કેટલાક દિવસો સુધી આવતો હતો. અકવાડીયા પછી હીસ્ટીરીયાના જે-રી ચીરો પાડવા મંડ્યો અને તે દરદ પણ લાખો વખત ચાલ્યું. તમારી સલાહ મુજબ તમારી રૂઢીનો પ્રયોગ કર્યો અને મારાં તમામ દરદો નાશ થઈ ગયા છે જે ૨૨ તમારો ઉપ . . . ૧૭ ઇ

દાકતરોએ મારી ઘણી ઘણી દવાઓ કરી પણ કાંઈ વળ્યું નહીં. તેમાનો કેાઇ મને મળે છે ત્યારે મને ઉભો રાખીને પૂછે છે કે તેં કેાની દવા કરી ? હવે હું ઉત્સાહી અને સુવાન જોવો લાગ્યું છે. મારા ૨૦ વર્ષના મંદવાડ દરમીયાન મેં બીલેફેલ્ડના ૩૦ વેંદોની દવા કરી હતી. અમે કમાઇને જે જે બચાવના તે બધું દાકતરોની શી અને કેમીસ્ટોના બિલો સુક્રવવામાં આવ્યું હતું.

મુ. બીલેફેલ્ડ.

લી. તમારો વિશ્વાસુ એમ. એચ.

પત્ર નં. ૧૦૬. ડીપથેરીયા, બંધકોશ, પીઠમાં દરદ, અનિયમિત

ઋતુઆવ, માથાનો દુઃખાવો, આંખોમાં દરદ.

બહાલા મી. કુન્હે. ગઇ શરદ ઋતુમા મારા પુત્રને સમ્પત ડીપથેરીયા થયો હતો જે માત્ર તમારીજ રીઢીથી મેં સારો કર્યો છે. દાકતરોએ તેની હાલત ઘણી ગંભીર જાહેર કરી તેને ઇસ્પીતાગમા લઇ જવા કહ્યું. દવાઓ આપના ગયા તેમતેમ તેની હાલત વધારેબગડતી ગઇ જેથી મેં તમારા ઇલાજો અજમાવ્યા અને મારો પુત્ર તદ્દન સાજો થયો છે. તમારી રીઢી મેં મારા પોતાના પંડ ઉપર પણ અજમાવી છે. મને સમ્પત બંધકોશ હતો, વાંસામાં દુઃખાવો થતો હતો, અનિયમિત ઋતુ આવતું હતું, માથું દુઃખતું હતું અને મારી આંખોમા દરદ થતું હતું. આ બધું તમારી રીઢીથી મટી ગયું છે. પહેલા બાથથી જ ધારેલી અસર થઈ અને ઝાડો સાથે ઉતર્યો. નસીબ જોગે તમારૂં પુસ્તક મારા હાથમાં આવ્યું અને તેને આધારે હું સાજા થઈ ગઇ તે માટે તમારો ઉપકાર માતું છું.

મુ. સેલે,

લી. તમારી વિશ્વાસુ મીસીસ. ઇ. એચ.

પત્ર નં. ૧૦૭ મો. વાઈ, (અપરમાર), આંચકી, તાણ.

બહાલા મી. કુન્હે, માઈ ૧૦ વર્ષનું બાળક ઉપલા દરદોથી બધંકર દુઃખ ભોગવતું હતું, તે તમારી રીઢીના ઉપચારોથી સાજું થયું છે તે માટે તમારો ઉપકાર માતું છું. ડાકતરોથી કાંઈ વળ્યું નહીં ત્યારે તમારી રીઢીનાં વખાણુ થતાં સાંભળી મેં તમારા કહેવા સુજન્ય ઇલાજો અજમાવ્યા. હલકો સાદો ઓરાક અને રોજનું બાથ આપવા માંડ્યા અને તબીબત તરતજ સુધરી. અઠવાડીયામા તો તે બાળકની ચરીસી અને મનની સ્થિતિ સુધરી અને નિરાળે જવા લાગ્યું. જ્યાંજ્યાં બનશે ત્યાંત્યા તમારી કીમતી રીઢીનો દુ પ્રચાર કરીશ. તમારો ફરીથી આભાર માતું છું.

મુ. સ્કૉન્ડેલ્ડ.

લી. તમારો સાત્વો ક્રાન્ઝ એન્ટન બી.

પત્ર નં. ૧૦૮ મો. બરડાની કરોડનો સોજો, જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ.

બહાલા સાહેબ, તમારી રીઢીએ મારા ચરીર ઉપર શીશી અસરો કરી છે તે લખ્યા વગર હું રહી શકતો નથી. મારી ઉંમર ૨૮ વર્ષની છે અને હું જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈથી બહુજ હેરાન થતો હતો. મારા બરડાની કરોડમાં સોજો હતો. દવાદારથી મારી હાલત એટલી બધી બગડી હતી કે હું ન બેસી શકું કે ન ચાલી શકું. દાકતરોએ માઈ દરદ અસાધ્ય ઠરાવ્યું. તમારી રીઢીનાં વખાણુ સાંભળી તમારા ઇલાજો મેં અજમાવ્યા જોને પરિણામે માર અઠવાડીયાં પછી તો હું લાકડીના ટેકાવડે ચાલવા લાગ્યો. હવે તો હજા આધાર વગર એ

એક કલાક સુધી આતું છું. મને લાગે છે કે હું યોગ વખતમાં તદ્દન સાંજે થઈ જઈશ. તમારી રૂઢી માટે હું તમારો અંતઃકરણથી આભાર માનું છું.

મુ. બક્સિડોર્ફ, ઝીટાક નજીક.

લી. તમારો સાચો ગુસ્તાવ એસ.

પત્ર નં. ૧૦૯ મો. પેટનું કેન્સર, વાણનું જોર, બરોળનું વધવું, અજીણ, મૂત્રાશયની ફેરીયાદ વિગેરે,

બહાલા મી. કુન્હે,

મને જાણવતાં અત્યંત આનંદ થાય છે કે તમારી રૂઢીથી મારી ઘણી ધુરી ફરી-યાદો નામુદ થવા પામી છે, જે માટે હું તમારો ખરા જીગરથી આભાર માનું છું. મને તમારી રૂઢીમાં એટલી બધી શ્રદ્ધા બેઠી છે કે હરકોઈ દરદીને માત્ર તમારી રૂઢી મુજબ ઇલાજો કરવાની બલામથક કરતો રહીશ. મારા શરીરની સીસ્ટમ એટલી બધી બગડી ગઈ હતી કે દાકતરો મને એમ કહેતા હતા કે તને વહેલા મોડું કેન્સર-નામુર-થશે. મારી તબીબી બરોળ-મોટી થઈ હતી મૂત્રાશયની ફેરીયાદ હતી કે જોને માટે મેં યુનિવર્સિટીના બાહોશ દાકતરો અને પ્રેફેસરોની સલાહ લીધી હતી અને ઇલાજો કર્યા હતા, પણ કંઈ વળ્યું નહીં. માત્ર તમારા ઇલાજો પછીજ મને ફાયદો થયો હતો અને મારા શરીરમાં નવું ચૈતન્ય દાખલ થયું હતું. તમારો હજારો વખત ઉપકાર માનું છું.

મુ. એલ્થ ઉપરનું ટેટસમેન.

લી. તમારો સાચો હબ્સ્ટુ. એ.

ઇમ્પીરીયલ કસ્ટમ હાઉસ ઓફીસર.

પત્ર નં. ૧૧૦ મો. આગળ વધેલો ક્ષય.

બહાલા મી. કુન્હે, દાકતરો અને તેમના ઉપાયોથી નિરાશ થઈને મેં તમારી “ન્યુ સાયન્સ ઓફ હીલીંગ” નામની ઓપડી મંગાવી. માફ બાળક ક્ષયથી પીડાતું હતું અને મારી આ બીમાર છોકરીની દાકતરોએ આશા છોડી દીધી હતી. તમારા ઇલાજો કરવાથી તમામ દાકતરો વિગેરેની અભયબી વચ્ચે તે તદ્દન સાજી થઈ ગઈ છે.

મુ. લક્વીમ્સલસ્ટ.

લી. તમારી હમેશની આભારી, થીસીસ પી. ઈ.

પત્ર નં. ૧૧૧ મો. દાઝી જવું.

મારા બહાલા સાહેબ, મારા સાથી નાના પુત્ર ઓગસ્ટ પાણી ઉકાળતાં પોતાનો જમણો હાથ દઝાડ્યો હતો. મારા પાસે તમારું પુસ્તક હોવાથી મેં તમારી રૂઢીના ઇલાજો કર્યા. આ છોકરો ઘણોજ સખ રીતે દાઝી ગયો હતો તે છતાં મારી અભયબી વચ્ચે તે એકજ અઠવાડિયામાં સાંજે થવા પામ્યો હતો. તેના હાથ ઉપર જરા પણ ડાઘ રહ્યો નથી. યોગ વખતે ઉપર હું પણ એજ પ્રમાણે દાઝી ગયો હતો અને દાઝરી ઉપાયોથી સાંજે થયો હતો પણ તે ઘણા લાંબા વખતે અને મોટાં દુઃખ પછીજ. આથી હું તમારી રૂઢીને જાહેરમાં ઘણી વખાણું છું અને આ પત્ર લખું છું.

મુ. ટેનર્ગન.

લી. તમારો સાચો હેનરીચ પી.

પત્ર નં. ૧૧૨ મો. પેટનું દરદ, છાતીની નખખાઈ, શ્વાસનળીનું સળેખમ.

મી. કુન્હેની રૂઢીથી માંડે દરદ સાળું ચવાથી તેમનો જાહેરમાં આભાર માનવાની મારી ફરજ માતું છે. મને છેલ્લાં ૧૬ વર્ષથી પેટની ફરીયાદ હતી. જુલાઈ વગર ઝડો ઉતરેજ નહોતો. છેલ્લાં પાંચ વર્ષથી પેસાળ પણ ખુલાસાથી ઉતરતો નહોતો. મારી છાતી પણ નખખાઈ થઈ ગઈ હતી. ફેબ્રુઆરી, ૧૯૧૧ અને જુનીવા વિચેરે રાહેરોના પ્રખ્યાત વૈદ્યોની સલાહ મેં લીધી હતી પણ કોઈનાથી માંડે દરદ મટ્યું નહોતું, પણ મી. કુન્હેના ઇલાજે કેટલાક અઠવાડિયાં સુધી ક્યારીથી હું તદ્દન તંદુરસ્ત બન્યો છું અને માંડે કામકાજ કરું છું. મારી તમામ ફરીયાદો નાબુદ થઈ ગઈ છે. તેમના સાદા ખોરાક અને બાથથી હું કુદરતી તંદુરસ્ત હાલતમાં આવી શક્યો છું જે માટે મી. કુન્હેને હું આ પ્રમાણપત્ર લખી મોકલું છું.

મુ. રફવાર્સીઆદ. કેન્ટન ફેબ્રુઆરી, સ્વીટઝર્લેન્ડ.

લી. ઇ. ડબલ્યુ. એસ.

પત્ર નં. ૧૧૩ મો. કાનમાંથી રસી વહેવી, માથાનો દુઃખાવો, કાન અને ગળાંમાં પડે થવું, કાનના અંદરના ભાગમાં ચાંદાં.

જ્ઞાતા મી. કુન્હે, મારો પુત્ર સાત વર્ષ સુધી કાન અને ગળાંનાં દરદોથી પીડાતો હતો. તમામ દવાઓ નકામી જણાઈ. ગયા સપ્ટેમ્બરમાં મારા પુત્રના કાનમાંથી ધોધમાર પડે વહેતું હતું અને ગળાંમાં દરદ થતું હતું. મેં નાક, કાન અને ગળાંના ખાસ અનુભવીની સલાહ લીધી હતી. તેણે શસ્ત્રક્રિયાની સલાહ આપી અને શસ્ત્રપ્રયોગ કરવામાં આવ્યો. ત્રણ અઠવાડિયાં પછી મારા છોકરાની મેં ફરીથી તપાસ લેવાની તો દાક્તરોએ કહ્યું કે હજી ખીનું ઓપરેશન-શસ્ત્રક્રિયા-કરવી પડશે. મેં એક હોમીઓપથી દાક્તરની સલાહ લીધી જેણે પણ શસ્ત્રક્રિયાની સલાહ આપી. એક વખત સુસારી કરતાં મેં તમારાં ખાતાની ખબર સાંભળી અને મારા છોકરાને લીપગ્રીક લાવ્યો. પાંચ અઠવાડિયાં સુધી તમારા ઇલાજે કરે વાથી મારો છોકરો તદ્દન સાજો થઈ ગયો. મારા અંતઃકરણનો આભાર માનવાની હું મારી ફરજ વિચારું છું. તમારા "ધી ન્યુ સાયન્સ ઓફ લીલીંગ" નામના પુસ્તકની એક નકલ મને મોકલશો. દરેક ઘરમાં આ પુસ્તક રહેવું જોઈએ કેમકે તે ઘણું કીમતી છે.

મુ. વોલ માર્સેન.

લી. તમારો સાચો ધ્રુવો એસ.

પત્ર નં. ૧૧૪ મો. મૂત્રમાર્ગમાં પથરી, સ્કેલી મુવાવડ, શ્વાસનળીનો સોજો.

જ્ઞાતી મી. કુન્હે, મને જણાવતાં અતિ હર્ષ થાય છે કે હવે હું તદ્દન તંદુરસ્ત બની ગયો છું. વળી તમારી રૂઢીથી ખીજ કેટલાક દરદોઓ પણ સાજા થયા છે. અહીંના મીલ માલિકના પુત્રને પથરીનું દરદ થતું હતું. તેણે દાક્તરી ઇલાજે કર્યા પણ કાંઈ વળ્યું નહોતું, પણ તમારા ઇલાજે વડે પથરી પીગળી ગઈ અને મૂત્રમાર્ગ નીકળી ગઈ.

૩૭ વર્ષની એક સ્ત્રીએ ઘણાં બાળકોને ઘણી મુશ્કેલીથી જન્મ આપ્યો હતો પણ ધવરાની શક્તિ નહોતી. તેણીએ તમારી રૂઢી અખત્યાર ક્યારી તેને દલાડા રજા અને બે છોકરાં સાથે અવતર્યા અને સ્વાણીની મદદ વગર મુવાવડ થઈ હતી અને બન્ને બચ્ચાને પુરતું ધાવણુ ધવરાની શક્તિ હતી.

એક છોકરાને શ્વાસનળીનું દરદ હતું જે હમણાં તમારી રૂઢી મુજબ સારવાર કરે છે

અને તેની હાલત સુધરતી જાય છે. દાકતરોએ તો તે સાંજે નહીં ચાપ એમ કહ્યું હતું છતાં આ કેસ સુધર્યો. આ તરફ તમારી રૂઠી ઘણી લોકપ્રિય નિવડી છે.

સુ. જર્મનીયા કોરટાડા સેરા, આગ્રીલ. લી. તમારો સાચો એચ. એસ.

પત્ર નં. ૧૧૫ મો. આંખનું દરદ, મોઢાંની આમડીનું ઉપડવું, ગળાંનું દરદ, ડીપથેરીયા, અછબડાં, સ્કોર્લેટ ફીવર.

જ્ઞાલી મી. કુન્હે, તમારો આભાર માનવાને મારા પાસે પુરતા શબ્દો નથી. હું હમેશાં શુભાશી અને તંદુરસ્ત રહેતી છતાં હું વારંવાર ખીમાર યથ જતી હતી. નાનપણમાં જ મને આંખનું દરદ થયું હતું જે મોટી ચંતાં મટી ગયું હતું. મારા મોઢાંની આમડી મુછ જતી હતી. મને એરી, અછબડા, તાવ, ડીપથેરીયા વિગેરે દરદો યથ ગયાં જેમાંથી હું માંડમાંડ બચી હતી. મારી હાલની હાલત અગાઉ સાથે સરખાવું હું સારેજ મને માલમ પડે છે કે હું તમારી કેટલી આભારી છું. તમારા ઇલાજોથી હું તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ છું જે માટે મારાં સર્ગાવહાસાં પણ અભ્યયન થયાં છે કારણ કે હું તદ્દન નવી બની ગઈ છું. તમારી રૂઠીમાં મારી અત્યંત શ્રદ્ધા છે. હજારો અને હજારો હું તમારી રૂઠીની ભલામણ કરું છું. ફરીથી તમારો અંતઃકરણ પૂર્વક આભાર માનું છું.

સુ. એમેરીજન.

લી. તમારી વિશ્વાસ લીના એમ.

પત્ર નં. ૧૧૬ મો. પગના ઢીચણનાં હાડકાંનો ક્ષય, હાડકાંનું ફાટવું.

જ્ઞાલા મી. કુન્હે, અત્યારે મારી તબીબત જે દશાએ આવી છે તે માટે કેવી રીતે કયા શબ્દોમાં તમેને સમજાવું પાડું તેની મને સમજ પડતી નથી તો પછી તમારી ભલી સેવાઓ માટે તો શું કહી શકું? આગલા દિવસો યાદ કરતાં મને કંપારી છુટે છે. મારા છુટણનાં હાડકાંને ક્ષય થયેલો તે ભાગ હાક્ટરોએ પાંચ વર્ષ સુધી સુધ્યો હતો જેથી તે હાડકું ચીરાઈ ગયું હતું. મારા ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવામાં આવી અને તે પછી ૩ મહીને દાકતરોએ કહ્યું કે હું હવે તદ્દન તંદુરસ્ત થઈ ગયો છું, પણ મને પોતાને તો બપોર દરદ થતું હતું. હું તમારા પાસે આભો ત્યારે મારી શી દશા હતી તે તમે સારી રીતે જાણો છો. તમારી સારવારને પહેલેજ દિવસે પાઠાની જરૂર પડી નહોતી કે જે પાટો રાત દિવસ ગળવે પડતો હતો. તમારા ઇલાજોથી આ દરદ તદ્દન મટી ગયું છે. માથુંસ જાતનાં દુઃખ કર્દો માટે તમારી રૂઠી માટે ઈશ્વર તમારું ભલું કરે અને જગતના કલ્યાણ માટે ઈશ્વર તમને દીર્ઘાયુ આપે.

સુ. ઝેનોસીટસ, યુક્રેનીના.

લી. તમારો આભારી સ્ટેફન એસ.

ધીએલોહકલ વિદ્યાર્થી.

પત્ર નં. ૧૧૭ મો. અંદરના લાગોનો સોજો, સ્કેલી સુવાવડ.

મારા બદલા સાહેબ, દાકતરોના જણાવવા પ્રમાણે મારી સ્ત્રી અંદરના સોજાથી પી-ડાતી હતી જેથી તેણી કેટલોક વખત પથારીવરા રહી. દાકતરોએ પ્લાસ્ટરના મલમ પટા કર્યા હતા પણ તેથી કાંઈ તેણીનું દરદ સાબળું થયું નહીં. આખરે દાકતરોએ કહી દીધું કે તેણી સાજી થશે નહીં. આ વખતે તે કુમારી અવસ્થામાં હતી. તે વખતે તેણીને તમારી ચોખ્ખી

હાય લાગી અને તેમાં જણાવેલા ધંધાને કરવા તેણીએ મારી સલાહ લીધી. મેં તે ચોપડી વાંચી અને તેમાં જણાવેલા ધંધાને અજમાવવા સલાહ આપી. તેણીએ તે ધંધાને અજમાવ્યા અને તદ્દન સાચું થઈ ગયું. ગયે વર્ષે હું તેણીને પરણ્યો છું અને યોગ દિવસમાં તેને સુવાવડ પણ આવશે. અમારી આ સ્થિતિ માટે અગ્રે તમારાં ધણાં આભારી છીએ.

મુ. ખુશીય.

લી. તમામ મુલાકાતો સાથે એમ. યોન એસ,

પત્ર નં. ૧૧૮ મો. ક્ષય.

બહાલા મી. કુન્હે, તમારી “ધી ન્યુ સાયન્સ ઓફ હીલીંગ” નામની ચોપડી મારા હાથમાં આવી અને મારા ભયંકર દરદ માટે તેમાં જણાવેલા ધંધાને અજમાવ્યા. મને જણાવવાને ધણેજ આનંદ થાય છે કે હું તદ્દન તંદુરસ્ત થયો છું. મારો પડોશમાન એક ધર્મશાળાના માલિકની પુત્રી લુલી લંગડી છે જેને દાકરે કહે છે કે તું કદિપણ સાચું થઈશ નહીં. તમારી રીઠી ઉપર મને પુરતો વિશ્વાસ છે તે આ છેકરી માટે તમારી સલાહ લખશે.

મુ. એબરરટેઇનાક, બાવેરીયા.

લી. તમારો સાચો બેસેન્ડે એચ,

પત્ર નં. ૧૧૯ મો. આંખનું દરદ.

બહાલા મી. કુન્હે “ઇન્ડિયન ઓધાપા” નામના આંખના “ગ્રેકોમા” નામના દરદથી પાંચ વર્ષથી હું પીડાતો હતો. ડાક્ટરોના ધંધાનેથી કશું વળ્યું નહીં જેથી મેં તમારી રીઠી અજમાવી અને મને જણાવતાં આનંદ થાય છે કે તમારા ધંધાને માત્ર બેજ મહીના સુધી કરવાથી મારું દરદ તદ્દન સાબું થઈ ગયું છે. મારાથી બનશે તો આવતે વર્ષે તમારાં ખાતાંની મુલાકાત લઈશ. જર્મન અને હંગેરીઅન ભાષાનાં તમારાં પુસ્તકોની ત્રીસ ત્રીસ નકલો મોકલશે કારણકે હું તે અને મારા મિત્રમંડળમાં વહેંચવા માગું છું.

મુ. બ્યુડાપેસ્ટ, હંગેરી.

લી. તમારો સાચો ફાર્લ ટી.

પત્ર નં. ૧૨૦ મો. જલંદર, પગનો સોજો, આંખનું દરદ, બંધકોશ.

બહાલા સાહેબ, એક વર્ષથી તમારું “ન્યુ સાયન્સ ઓફ હીલીંગ” નામનું પુસ્તક મારા પાસે છે. મારી બલામણથી માગ મિત્રોએ તે ખરીદેલ છે અને તે સમજાવે તેને સાફ અને વ્યવહારુ લેખે છે. તેઓ તમારા ધંધાને અવારનવાર અજમાવે છે. મારી આ જે હાલ ૩૨ વર્ષની છે તે નાનપણથી જ કષ્ટચક્રાત અને માથાના દુઃખાવાથી પીડાતી હતી અને ધણીધણી દવાઓ પીધી હતી. તમારી રીઠીથી તેણીની એ ફરીયાદો ઉપરાંત તેનું જલંદર અને પગના સોજા પણ નાશ થયા છે અને મારી પોતાની કષ્ટચક્રાત ઉપર તમારા ધંધાને ધણેજ અકસીર નિવડયા છે.

તમારું બીજું પુસ્તક “સાયન્સ ઓફ ફીસીયલ એક્સપ્રેસન” મોકલી આપ્યો અને તમારા “ન્યુ સાયન્સ ઓફ હીલીંગ”ના હું બહોળો ફેલાવો કરીશ.

મુ. બેકેનહેઇન (સીલેસીયા).

લી. તમારો વિશ્વાસુ ફાર્લ કે

પત્ર નં. ૧૨૧ મો. લોહી પડતું, અનિદ્રા, ચીડીયાપણું, કષ્ટચક્રાત.

બહાલા સાહેબ, ત્રણ વર્ષ સુધી દાકરોના ધંધાને કર્યા પછી મેં તમારો સલાહ પત્રકો

માગી. તમારી સલાહ મુજબના ઇલાજો મેં ચરૂ કર્યા. મારો સ્વભાવ ઘણાજ ચીડીયો હતો, પણ તમારા બાથ પછી હસ્તો રમતો ચલે છે જેથી તમારો ઓ છોકરો આનંદ પામે છે. મને ઝાડો સાફ આવે છે. ઉંચની બેચેની નાશુદ થઈ છે જે માટે હું તમારો ધણાજ આભાર માનું છું.

મુ. સેન્ટીપીટર્સબર્ગ, રશિયા,

લી. તમારો સાચો એચ. ડબલ્યુ.

પત્ર નં. ૧૨૨ મો. કલેબનું દરદ, બંધકોષ.

બહાલા સાહેબ, મી. બી. અને હું પોતે ૧૮૯૪ ના જુલાઈમાં લીપરીકમા હતા અને ત્યાં તમારા ખાતામાં રહેવાથી અમેને બેહદ લાભ થયો છે. મી. બી. ને ક્યેબનું સખ્ત દરદ હતું. તેને સાંજે થયેલા બેઈ ડેનમાર્કમાના તેના મિત્રો અચબો પામ્યા હતા. મને બંધકોષનું દરદ હતું તે પણ તમારી રીઠી નાશુદ થયું. અમારા પાસે ઘણા માણસો આવે છે અને તમારી રીઠી અને પુરસ્કોથી વાકેફ થાય છે. તમારી દિલચાલના ડેનીશ અને સ્વીડીશ ભાષાના ચોપાનીયા મોકલશે એટલે તે હું ડેનમાર્ક, સ્વીડન અને નોર્વેમાં વહેંચાવું. આમ કરવાથી લોકોમાં તમારા પુસ્તકો ખપશે અને તમારી રીઠી પ્રચલિત થશે.

મુ. મોટ્ટુપર્ગાર્ડ, ડેનમાર્ક.

લી. તમારો સાચો મીસીસ એચ. બી.

પત્ર નં. ૧૨૩ મો. કાય, કંદુ મોઢાંમાં ચીકણી, લોહીવાળું શુક.

બહાલા સાહેબ, મારા મંદવાડમાં તમે આપેલી સલાહ અને લીધેલા ઇલાજો માટે તમારો આભાર માનું છું. હું ઉપલા દરદોથી ખીડતો હતો અને આઠ વર્ષથી હેરાન થતો હતો. ધરના, ડાક્ટરોના, કેમીસ્ટોના વિગેરે ઇલાજો નકામા ગયા. દરદો એટલા ઘરણુ હતા કે દાખલે તેનો ખ્યાલ આવે નહીં. મારો હાલત શેચનિય હતી અને દાક્ટરોમાંથી મારો વિશ્વાસ ઉઠી ગયો હતો. તા. ૬ થી ડીસેમ્બરે તમારા "ન્યુ સાયન્સ એન્ડ હીલીંગ" તરફ માત્ર ધ્યાન દોરાયું. તમારો રીઠી બીજો ત્રીજો દિવસેજ કાયદો થયો અને દર અંધવાડીએ મારી હાલત મુધરતી ગઈ અને હવે ત્રણ મહીના પછી તદ્દન તંદુરસ્ત બની ગયો છું. હું મારો અપતાર નખો માનું છું કારણ કે તાબેતાબે લાગું છું. તમામ દરદોએ તમારી રીઠી અજમાની સાબળ થાય એમ હું ઇચ્છું છું. તમારી રીઠી એકલી એની રીઠી છે કે જે તમામ દરદો સાબ કરે છે.

મુ. પ્લોટક, ગવર્નમેન્ટ બેસારાખીયા, રશિયા.

લી. મોટફીડ એમ.

પત્ર નં. ૧૨૪ મો. જળદર, આસનળીનો કાય, પ્લુરીસી.

બહાલા મી. કુન્ડે, મને સાચું કરવા માટે માન ચોડાક સખ્દોમાં હું તમારો આભાર માનું છું. તમે હુબ્બી માણસોને સલાહ આપો છો તે માટે તમારા પ્રત્યે મને ઘણું માન છે. ઉપલા દરદો હું બે વર્ષથી ભોગવતી હતી અને દાક્ટરો વિષાથો કરી ચાક્યા તે પછી તમારા ઇલાજો વડે મને પહેલેજ દિવસે કાયદો થયો. મારી તંદુરસ્તી માટે હું તમારો ઘણી આભારી છું.

મુ. બીનગ્રીકાન, સ્વીડેન.

લી. મીસ ઇરા. એસ.

પત્ર નં. ૧૨૫ મો. સુજેલી ગાંઠો, દાંત અને આંખતું દરદ, સંજેખમ,
ધાસતું રૂંધાવું વિગેરે.

મારા બહાલા સાહેબ, આ પત્રનો લખનાર હું એક મીસનરી છું અને ૨૫ બાપાંમાં તમારાં પુસ્તકોનું ભાષાંતર થયેલું હોવાથી તે ઉપર આરંધ્યાન જેવાયું જેથી હાલમાં હું “તમારું ન્યુ સાયન્સ એન્ડ હીલીંગ” નો ખાસ અભ્યાસ કરું છું. તમારી રૂઢીનો મારાથી જાનતો ફેલાવો કરીશ. મને ઉપલા તમામ દરદો હેરાન કરતા હતા પણ તમારી રૂઢીથી બહુ સાફ થઈ ગયું છે. મારા આ દાગળનો તમે ગમે તે ઉપયોગ કરજો. ડાક્ટરો કહેતા હતા તેમ હું ક્ષયથી રીખાઈ મરત પણ કટોકટ વખતે તમારા ઇલાજોથી હું જાતી જવા પામ્યો છું. હવે મારી દરેક ફરીયાદ નાશ થઈ છે.

મુ. રકોના.

લી. રેવરંડ હં.

પત્ર નં. ૧૨૬ મો. બિન અગવડવાળી ગર્ભાવસ્થા અને સુવાવડ.

બહાલા મી. કુન્ડે, તમે આમને કશું તેમજ જન્યું છે. એપ્રિલની તા. ૩ જ એ મારી સ્ત્રીએ એક મજબૂત બાળકને જન્મ આપ્યો છે. સુવાવડ પડેલા તેણે તમારી સૂચનાઓ મુજબ વર્તન રાખ્યું હતું. સગર્ભાવસ્થા મુખ શાંતિમાં ગઈ. હા વાગે દરદ થયું અને હા વાગે પ્રસવ થયો. માત્ર ૧૫ મીનીટમાં બહુ પતી ગયું. મારા કુટુંબી દાકતર મારી સ્ત્રીને સુવાવડ થવા પડેલાં આવેલા તે એમ કહેતા ગયા કે હજી બે દિવસ પછી પ્રસવ થશે, પણ તેના ગયા પછી તરતજ પ્રસવ થયો અને દાયણું કામ મારેજ કરવું પડ્યું. પ્રસવ પછી મારી સ્ત્રી પ્રસન્ન ચિત્તની જણાઈ અને બોલી ઉઠી કે મી. કુન્ડેએ કશું હતું તેમજ થયું. તમારી અતિ ઉપયોગી સલાહ માટે અમારો આભાર સ્વીકારજો. તમારું પુસ્તક એક પવિત્ર પુસ્તક તરીકે અમારા ઘરમાં રહેશે. અમારા કુટુંબી દાકતર આવતા તેઓ બોલી ઉઠ્યા કે મારી ૪૧ વર્ષની ગ્રેકીસમાં આવું કદી મેં જોયું નથી. તેમની ઉંમર ૬૫ વર્ષની છે. આ કેસ તમારી રૂઢીની ક્ષતિને નમુનો છે.

મુ. રકોસ એલ, હોલ્સાંડ.

લી. કમ્પન એ. એસ.

પત્ર નં. ૧૨૭ મો. સફરામાં ચીરા, આંતરડાંમાં યુમડાં.

બહાલા સાહેબ, તમારી સલાહથી મારું ઉપલા દરદો સાજા થયા છે. તમારા ઇલાજો અજમાવતાં પ્રથમ તો જરા અગવડ પડી પણ પછીથી હીક લાગ્યું. જન્યુઆરીના ખીજા અઠવાડિયામાં મેં રોજના ૨ થી ૩ ક્રીકશન-સીટસ-માથ લેવા માડ્યા અને ઠંડી હોવાથી પાણી ૬૬ થી ૬૮ ડિગ્રી જેટલું ગરમ રાખ્યું બોરાક તમારા કહેવા મુજબ ખાધો જેથી હવે હું તદ્દન નિરોગી છું.

મુ. હોલ્ટે, કોપન્હેગન નજીક, ડેનમાર્ક.

લી. બુડીયા એસ.

પત્ર નં. ૧૨૮ મો. જ્ઞાનતંતુઓની અત્યંત નબળાઈ.

આ પત્રકારા હું મી. કુન્ડેનો ઉપકાર માનવાનો રમ્મ લઉં છું. મારા ત્રણ વર્ષના બાળકની માછળી વખતે તેમણે ઘણી મદદ કરી હતી. મારું બાળક એટલું તો નબળું પડી

ગયું હતું કે દવાદારથી ધંધ વળ્યું નહીં. ક્રીકશન-સીટસ-ગાય અને સાદા ખોરાકથી જ તે સાનું થઇ ગયું. દરેક દરદીને મી. કુન્હેની રીતીની હું સખ સલામતુ કહું છું.

મુ. લીપક્રીક.

લી. એચ. એસ.

પત્ર નં. ૧૨૯ મો. સખત દમ, હૃદયના પડમાં પાણી ભરાયું.

બહાલા સાહેબ, ત્રણ વર્ષથી વધુ મુદતથી હું ઉપલાં દરદી પીડાતો હતો. મંખ્યાર્થથી સીવીલ અને મીલટરી હોસ્પિટલોની દવાઓ મેં લીધી અને કોઠાના પ્રસિદ્ધ વૈદ્ય પ્રો. પી. તી પચ સલાહ લીધી, પણ કંઈ વળ્યું નહીં. માત્ર તમારી સલાહ અને તમારાં પુસ્તકથીજ હું સાજો થયો છું અને છ મહીના પછી આ પત્ર લખું છું.

મુ. ઝેરઝો, ગેલીશીયા.

લી. એમ. એ. ડિસ્ક્રીપ્ટ કોર્ટ ઓફીસનો કલાર્ક.

પત્ર નં. ૧૩૦ મો. સંધિવા, ગર્ભાશયમાં સોજો, લોહી પડ્યું; પાચન શક્તિની ગુંથવણ, પીઠમાં દરદ.

બહાલા મી. કુન્હે, અહીંની કુન્હે સોસાયટીનો હું વડો છું. તેમાં ૩૦૦ મેમ્બરો છે. તમારી રીતના એક ચુસ્ત હિમાવતી તરીકે મને જાણવવાની રજા આપશો કે વૈદ્ય દાકતરો વગર વિચાર્યે દરદીઓને મરના દે છે અગર તો દરદ નહીં મટે એમ કહી દે છે. એક દરદીનો સંધિવા મટ્યો. એક બાઇનું ગર્ભાશયનું દરદ મટ્યું. તેણીએ દસદસ દાકતરોની દવા કર્યા છતાં કંઈ વળ્યું નહોતું. એક બાહોસ દાકતરે તેના ઉપર ચક્ષુપ્રયોગ કર્યો અને પેટ ચીરીને પછી હરી ગયો અને કામ પડતું મૂક્યું. દરદી જલુ નજળા હતી. ખીજ દાકતરોએ કહ્યું કે આ બાઈ ૩ મહીનાથી વધુ જીવશેજ નહીં. અભારે તે જાણને છ મહીના થઇ ગયા છે અને દરદનું નામ રહ્યું નથી. હું તમારી રીત એક વર્ષથી અજમાવું છું અને ઘણાં તંદુરસ્ત રહું છું. મારૂ અચ્છું, પીઠનું દરદ, લોહીનું પડવું વિગેરે મટી ગયાં છે. આ સર્ટીફિકેટનો ગમે તે ઉપયોગ કરજો.

મુ. યુએનોસએસ.

લી. વીનસેન્ટ ડી. કુન્હે નેચર ક્યોર સોસાયટીના પ્રમુખ

પત્ર નં. ૧૩૧ મો. અર્ધખનું દરદ.

બહાલા મી. કુન્હે, મારાં બાર વર્ષની ઉંમરના છોકરાનું આંખનું દરદ તમે સાફ કર્યું છે તે ખાતે તમારો આભાર માનું છું. મારી અભયખી વચ્ચે માત્ર ત્રણજ અઢવાડી યામાં મારૂ બાળક સાનું થવા પામ્યું છે અને તે પછી તેને ખીનું કશું દરદ થયું નથી. ત્રણ વર્ષમાં દાકતરો જે કરી શક્યા નહીં તે તમારી રીતથી માત્ર ચારજ અઢવાડીયાંમાં સાફ થયું તે માટે ચાંતકરણથી તમારો આભાર માનું છું. આ પત્રનો ગમે તે ઉપયોગ કરવાની તમોને છુટ છે.

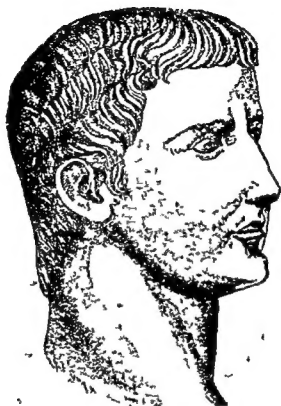
મુ. રેમશીએડ-હેસન.

લી તમારો વિશ્વાસુ છ. એફ.

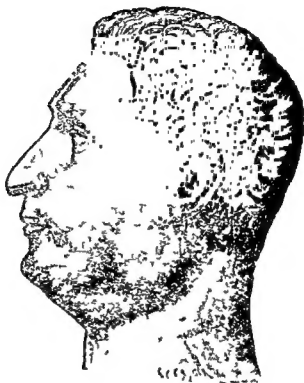
પત્ર નં. ૧૩૨ મો. ખીશાળ કરતી વખતે નડતી અડચણ.

બહાલા સાહેબ, લખતાં ઘણો દર્દ થાય છે કે તમે પત્રદારા જે ધલોળે સચચ્ચાહતા તે અગમર કરવાથી હું તંદુરસ્ત થયો છું. ખીજેજ અઢવાડીએ મારો સોજો નાશુદ થયો

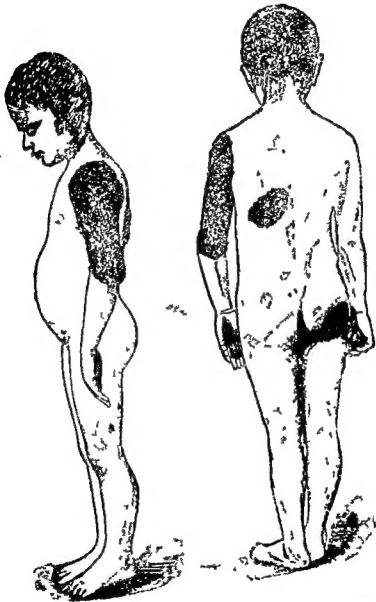
આકૃતિ નં. ૨૬



વધારાનો ઠમરો (નકલો પદાર્થ) શરીરના ખાઠલા ભાગન ન ઝેરકો કયેલો હોય
તો મહેરો કેવો સારો તે બતાવનારી આકૃતિ



શરીરના આગલા, પાછલા અને ઘનને બાબતુના ભાગમાં વધારાનો કચરો (નકામે પદાર્થ) એકઠો થયો હોય અને આગલા ભાગનો કચરો વધારે પ્રમાણમાં હોય તો અહરે દેવો'લાગે તે અત્યવનારી આકૃતિ.



એક બાળકને ૪૫ વર્ષત દાયની રસી (ટયબરક્યુલીન) સકારામાં આપી તેનું પરિણામ
 વધુ વિગત માટે “ બાળકોને કેમ ઠીકરવા ! ” તે વિષેનું માફે શાળાનીય પાંચા યોગદ ઇ
 માળા.